Lecce , 24-25 Giugno

DISTURBI OPPOSITIVO-PROVOCATORI E DISTURBI DELLA CONDOTTA: IL TRATTAMENTO MULTIMODALE

Il Coping Power Program -bambini

Laura Ruglioni
laura.ruglioni@inpe.unipi.it

Al di là delle nuvole:
Servizio per il trattamento dei disturbi del comportamento in età evolutiva

IRCCS - Fondazione Stella Maris - Pisa
per la Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza

COPING POWER PROGRAM

(Lochman e Wells 2002)

Intervento specifico per la gestione e il controllo dell'aggressività rivolto ai bambini dell'ultimo ciclo della scuola elementare e dei primi anni della scuola media e alle loro famiglie. Originariamente previsto per l'applicazione nel contesto scolastico, è attualmente utilizzato anche in contesti clinici ed ha una durata di circa 15-18 mesi.

In Italia da Aprile 2009….

Al di là delle nuvole
Servizio per il trattamento dei disturbi del comportamento in età evolutiva

Coping Power Program:
Gruppo bambini

1 pomeriggio/sett.
(15.00-18.00)

Coping Power Program
Parent Training

Incontri con equipe
scolastiche

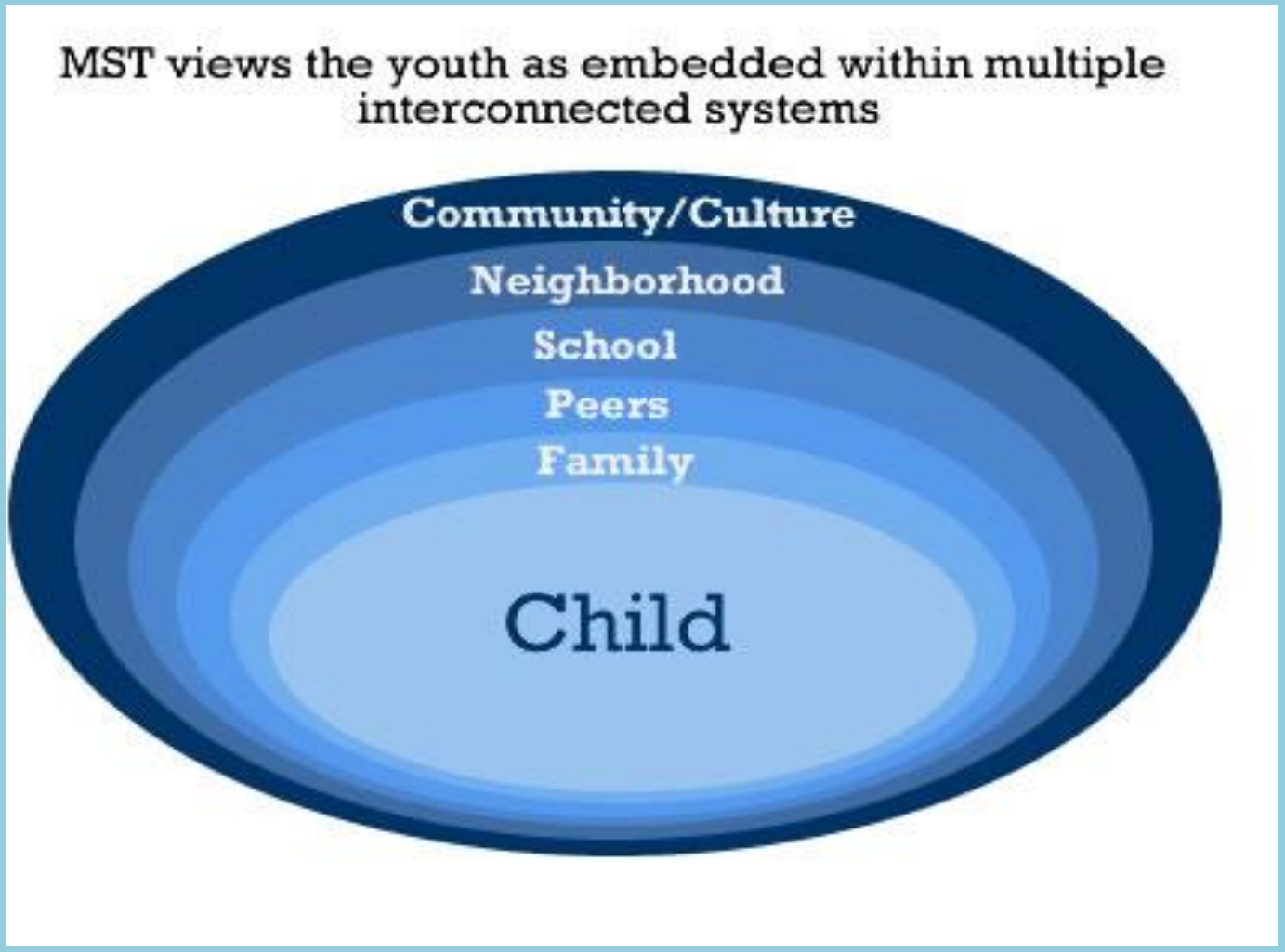
Terapia
farmacologica

Colloqui quindicinali
con i genitori

MST®
Multisystemic Therapy

Breaking The Cycle of Criminal Behavior

by keeping teens at home, in school and out of trouble



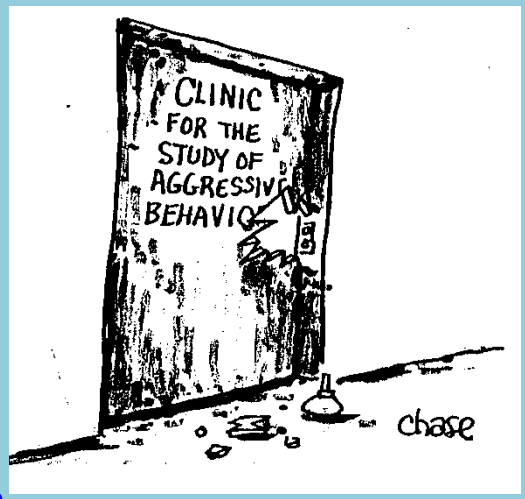
il modello di riferimento del servizio è un modello multidimensionale che prevede di intervenire su tutti i contesti di vita del minore

Hengeller 1998

HENGGELER (1998)

1. Obiettivo principale è **ridurre i comportamenti disfunzionali** e **modificare i fattori di rischio multipli** da cui vengono determinati
2. Bisogna **intervenire nei diversi contesti di vita** del minore
3. **Modellare l'intervento** sulle caratteristiche del minore e del suo ambiente
4. L'équipe terapeutica deve lavorare in **rete** con le altre agenzie educative che hanno in carico il minore

A chi si rivolge il servizio



Criteri di inclusione

- Età fra 7 e i 16 anni
- Diagnosi di DC/DOP (K-Sads)
- QI tot ≥85
- Punteggio Esternalizzante CBCL ≥ 63

Obiettivi del trattamento

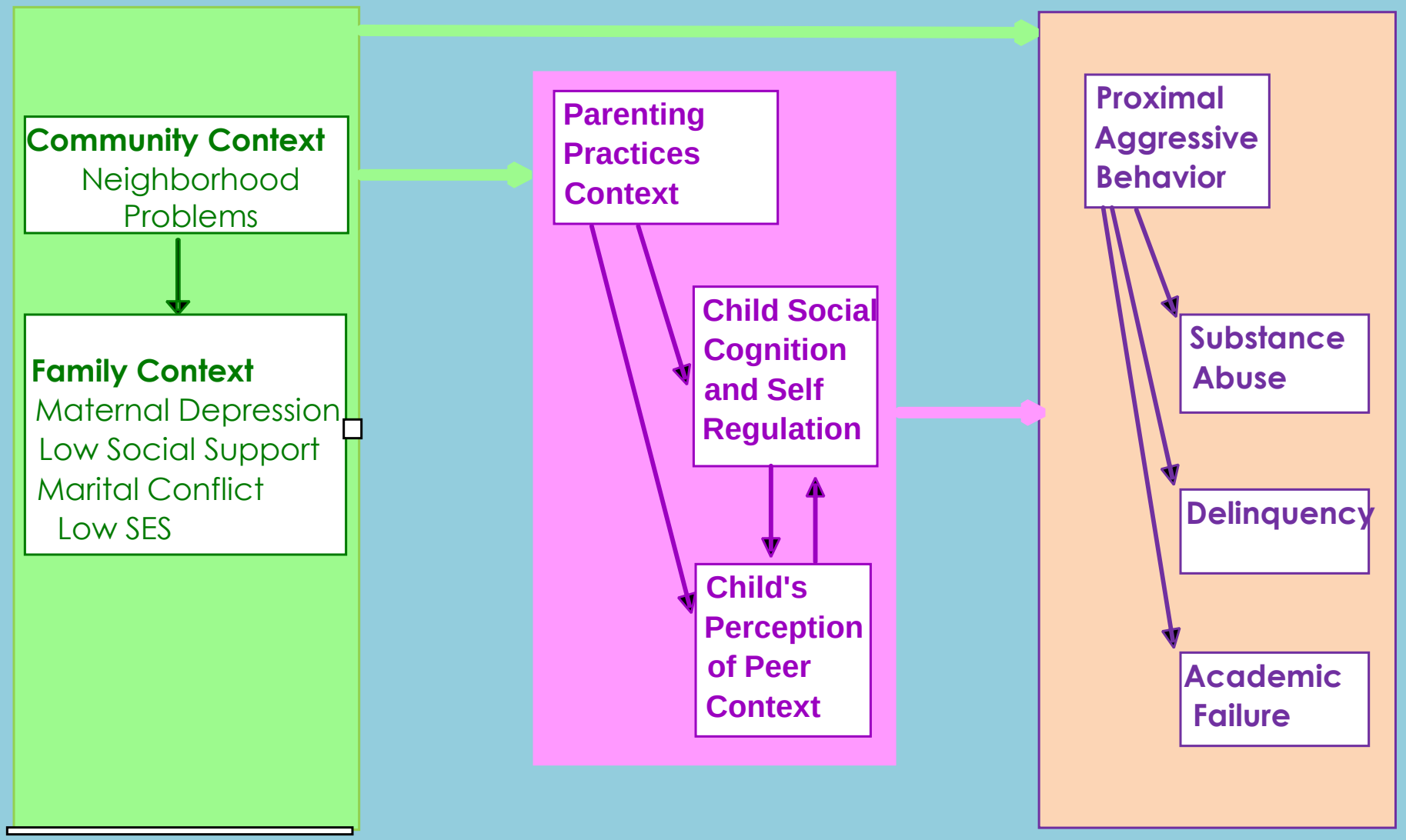
- Diminuzione problemi Esternalizzanti
- Riduzione comportamenti aggressivi
- Adattamento alle richieste scolastiche
- Creazione di una "rete" di supporto sul territorio

Il Coping Power riduce i punteggi di Rule-Breacking e Aggressività

traduzione e adattamento al contesto italiano del programma Coping Power a cura dell'équipe del servizio "Al di là delle nuvole"
Ed. Erickson, 2012

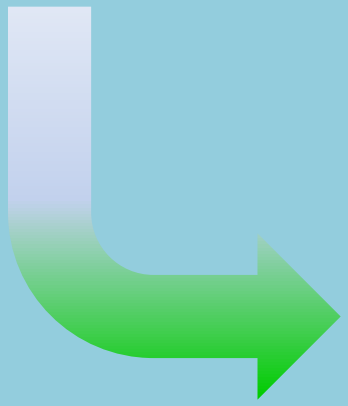
Contextual Social Cognitive Model

(Lochman e Weels,, 2002)



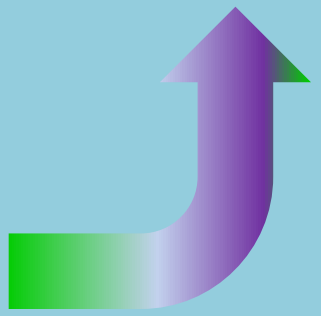
Fattori biologici e temperamentali

- alterazioni genetiche
- complicazioni alla nascita
- alti livelli di cortisolo e testosterone
- livelli anormali di serotonina
- temperamento



condizioni ambientali sfavorevoli :

pratiche genitoriali dure, violenza familiare stato o socioeconomico basso



problemi di condotta del bambino

Fattori del contesto ambientale e di residenza e fattori scolastici

- alti livelli di criminalità, scarsa coesione sociale e svantaggio socio-economico del vicinato influenzano le credenze dei bambini riguardo l'efficacia dei comportamenti aggressivi e distruttivi, (Guerra, Huesmann, Splinder, 2003).

- durante la preadolescenza alti rischi per lo sviluppo di comportamenti delinquenziali se c'è scarso monitoraggio dei genitori (Lochman, Qu et al., 2007).

- la scuola può esacerbare i problemi di condotta in risposta a esperienze frustranti rispetto e per l'influenza negativa di pari con problemi di aggressività (Barth, Dunlap et al., 2004).

Caratteristiche del contesto familiare

- delinquenza genitoriale, abuso di sostanze, depressione sono legate alla delinquenza minorile (Loeber et al, 1998)
- Basso SES e povertà predicono violenza(Sampson & Laub, 1993) e aggressività (Dunlap, Cotten, Barry, Kuhajda, Lochman & Wells, 2002)
- life events stressanti contribuiscono all'aggressività tra pari (Guerra et al, 1995) e genitoriale (Dunlap et al, 2002)
- Attaccamento disorganizato e insicuro predice aggressività a 5 anni (Shaw et al, 1995)
- tutti questi fattori di rischio correlano tra loro e specialmente con lo stato socioeconomico e possono influenzare il comportamento del bambino tramite i loro effetti sui processi genitoriali (Luthar, 1999)

Caratteristiche del contesto familiare

Pratiche genitoriali che correlano con l'aggressività nei bambini (Lochman, Wells, Lenhart, 2008)**:**

1) mancanza di responsività rispetto ai bisogni del bambino nel primo anno di vita;

2) coercitività ed escalation nell'utilizzo di reazioni verbali negative di fronte alla scarsa cooperazione del bambino nei primi anni di vita, soprattutto nei bambini con difficoltà di temperamento;

3) educazione dura o inconsistente:

4) richieste confuse;

5) mancanza di calore e coinvolgimento

6) scarsa supervisione e monitoraggio negli anni dell'adolescenza

Contesto dei pari

- **rifiuto dei pari: il rifiuto dei pari può portare alla manifestazione di comportamenti aggressivi** (Coie, Dodge & Kupersmidt, 1990)

-**In età scolare aggressività e rifiuto dei pari, se sono associati, aumentano la possibilità di sviluppo di problemi di comportamento in epoche successive** (Conduct Problems Prevention Research, 2004).

- **In adolescenza tendenza ad aggregarsi a gruppi devianti: le scarse capacità sociali e la continua sperimentazione di rifiuto da parte di pari maggiormente prosociali indirizzi verso compagnie antisociali alla ricerca di supporto.**

-**La tendenza dei ragazzi aggressivi ad aggregarsi accresce la possibilità che i comportamenti devianti si mantengano nel tempo per effetto di modellamento e rinforzo** (Fite , et al.,2007).

Elaborazione dell'informazione sociale

Crick e Dodge, 1996

Elaborazione dell'informazione sociale:

- **difficoltà nella codifica iniziale dei segnali sociali, anche a causa di deficit nelle funzioni esecutive** (Ellis, Weiss, Lochman, 2009),

- **iperattribuzione di intenzioni ostili e percezione distorta dei segnali sociali soprattutto nelle situazioni conflittuali** (Lochman e Dodge, 1994).

- **obiettivi sociali di dominanza e vendetta** (Lochman, Wayland, White, 1993)

- **Generano un numero minore di soluzioni adattative al problema percepito** (Lochman e Lambron, 1986; Lochman e Dodge, 1994).

- **considerano l'aggressività una modalità efficace di gestione emotiva e come la strategia più indicata per regolare le relazioni interpersonali (Lochman e Lenhart, 1993;**

Lochman e Wells, 2003).

VEDIAMO ... COME POSSO ESPRIMERLO A PAROLE?
CIÒ CHE INTENDO È... CIÒ CHE VOGLIO DIRE È... COME POSSO ESPRIMERLO A PAROLE? CIÒ CHE STO CERCANDO DI DIRE È...
POW!
DIAVOLO! SPERAVO CHE CE LA FACESSE A ESPRIMERLO A PAROLE...
SCHULZ

COPING POWER PROGRAM

Lochman & Wells, 2002

- **Riduzione dei comportamenti aggressivi e dell'abuso di sostanze anche a distanza di tre anni (Lochman, Boxmeyer et al., 2007; Lochman, Powell et al., 2012)**
- **Significativi miglioramenti del *locus of control* interno e delle abilità sociali , diminuzione degli errori attributivi e delle aspettative ostili e maggiore coerenza delle pratiche educative genitoriali (Lochman e Wells, 2002b, 2003)**
- **Minori comportamenti aggressivi in bambini con DOP/DC rispetto ad un controllo con trattamento "as-usual" (van de Wiel, Matthys et al., 2007; Zonnevylle-Bender, Matthys et al., 2007)**

L’applicazione del Coping Power Program in ambito clinico.

Il percorso di trattamento coi minori

COPING POWER PROGRAM

BAMBINI

36 sessioni articolate in uno o più incontri di 60 minuti ciascuno

- ORGANIZZAZIONE e incremento delle ABILITÀ di STUDIO
- RICONOSCIMENTO dei segnali fisiologici e dei sentimenti legati alla rabbia
- Training indiretto ed "*in vivo*" sulla MODULAZIONE DELLA RABBIA
- Assunzione di punti di vista altrui e promozione delle ABILITÀ SOCIALI
- PROBLEM SOLVING in situazioni conflittuali

GENITORI

16 sessioni articolate in uno o più incontri di 60 minuti ciascuno

- Promozione delle abilità di ORGANIZZAZIONE dello STUDIO
- MODALITÀ EDUCATIVE più funzionali: gratificazione e attenzione positiva
- Attività per la modulazione dello STRESS GENITORIALE
- COMUNICAZIONE FAMILIARE e *problem solving* di situazioni conflittuali
- Rinforzo delle abilità di *problem-solving* acquisite dai bambini nel trattamento di gruppo

Selezione dei bambini:

- **Bambini di età compresa tra 7 e 12**
- **Diagnosi di Disturbo da Comportamento Dirompente (DOP, DC)**
- **Presenza di comorbidità con altri disturbi (ADHD, Dist. Dell'Umore)**
- **Livello cognitivo ≥85 QI**

Dimensione del gruppo:

- **5 (massimo 6) bambini e due conduttori**

gruppo chiuso a cui si può aggiungere un membro fino alla 12 sessione

Alcune riflessioni sulla composizione del gruppo

- **Situazioni in cui considerare attentamente l'inserimento nel gruppo:**

1) **Bambini che si atteggiano a "bulli" e che non esprimono nessuna motivazione al cambiamento**

2) **Bambini con caratteristiche generali (età, genere, livello di sviluppo) diverse da quelle del resto del gruppo**

3) **Bambini che richiedono attenzioni speciali nel lavoro di gruppo**

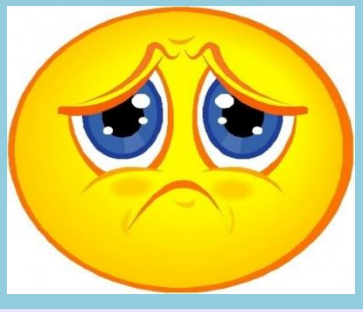
Il lavoro in gruppo: il ruolo dei pari

-Modellamento

-Rinforzo sociale positivo
-Role-playing

-Applicazione del modello a situazioni concrete

-Maggiore possibilità di generalizzazione



- Comportamenti reattivi negativi

-Coalizione “oppositiva” nel confronti del conduttore

-Creazione di un gruppo deviante

Cornice del CPP

Tecniche cognitivo comportamentali nel CPP

- **Token economy (sistema a punti)**
- **Utilizzo di frequenti gratificazioni (lodi) specifiche**
- **Modellamento di abilità di problem-solving e di autoregolazione emotiva**
- **Coinvolgimento dei bambini nel creare le "regole"**
- **Costo alla risposta (sistema di multe) per la violazione delle regole**

Programmazione generale

- 32 sessioni settimanali di circa 60 minuti più attività di circa 60 minuti di free time
- Sessioni pre e post vacanze
- sessioni individuali (ogni 4-5 sessioni di gruppo)
- contatto breve con insegnanti e/o genitori del bambino

COPING POWER PROGRAM
COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo e sistema dei traguardi

(SESSIONI 1-3)

-Organizzazione e abilità di studio

-Consapevolezza emotiva e attivazione fisiologia della rabbia

-Training per la modulazione della rabbia: autoistruzioni, attività di distrazione e rilassamento

-Cambiare punto di vista

-Problem-solving sociale in varie situazioni (gruppo dei pari, insegnanti, famiglia)

-Resistenza alla pressione dei pari e aggregazione a gruppi non devianti

IL PERCORSO DI TYLAN E IL COPING POWER PROGRAM

Il minore ..Tylan è giunto alla nostra attenzione per importanti problemi comportamentali presenti sia nel contesto familiare che scolastico.
Durante la prima osservazione clinica-diagnostica effettuata nel 2011, erano stati eseguiti colloqui con i genitori, colloqui individuali e valutazione psicodiagnostica (intervista diagnostica semistrutturata K/SADS somministrata ai genitori ed al minore, somministrazione di questionari CBCL, MOAS).
Da tale osservazioni Tylan presentava una diagnosi clinica di "Disturbo Oppositivo Provocatorio, Disturbo da Deficit di attenzione e Iperattività, e tono dell'Umore caratterizzato da fluttuazioni e ipertimia" (relazione del 21.11.2011).
Nel mese di Gennaio 2012 è stato inserito nel servizio di trattamento multimodale per i Disturbi da Comportamento Dirompente in età evolutiva attivo presso il nostro Istituto.
Tylan e la madre stanno frequentando il percorso di trattamento con frequenza costante.

SI PARTE !!!

Le prime esperienze di Tylan con il Coping Power

SESSIONE 1

Tylan diventa consapevole dei motivi per cui il mercoledì viene al gruppo

Quando mi arrabbio combino un casino….

Come è organizzato il gruppo (regole e siste dei punti e multe)

Coesione del gruppo

Introduzione ai traguardi

Presentare lo scopo del gruppo e la sua struttura

- cosa significa “affrontare un problema?”
- - “*noi non vi insegneremo a non arrabbiarvi più, ma a reagire alla rabbia con delle nuove strategie che vi aiutino a fare scelte più adeguate*”

Regole di gruppo

– nessun contatto o aggressione fisica

– non dare soprannomi offensivi

– non dire parolacce

– arrivare in orario

– avere un atteggiamento positivo

– rispettare il turno

– rispettare la privacy

– seguire le indicazioni dell'adulto.

SESSIONE 1

Regole del gruppo

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Come membro di questo gruppo mi impegnerò a seguire le regole elencate qui sopra.

Firma: _____

© 2012, Lochman, Wells e Lenhart, Coping power, Trento, Erickson

REGOLE per STARE BENE INSIEME

1. ASCOLTARE
LISA, SILVIA, SARA

2. ANDARE D'ACCORDO CON GLI ALTRI BIMBI

3. PARLARE UNO ALLA VOLTA

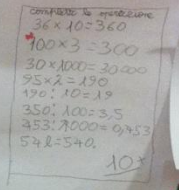
4. STARE SEDUTI AL PROPRIO POSTO

5. IMPEGNARSI NELLE ATTIVITÀ

LE REGOLE DEL GRUPPO DA RISPETTARE

Non alzarsi senza permesso.

Concentrarsi sul compito che viene assegnato da Azzurra e Sara



NON METTERSI LE MANI IN BOCCA (E NEL NASO)

non dare fastidio ai compagni

non spintonare il compagno

ALZARE LA MANO PRIMA DI PARLARE

ASCOLTARE AZZURRA e SARA E CHIEDERE IL PERMESSO PRIMA DI FARE QUALCOSA.

NON RIDERE
NON DARE FASTIDIO AGLI ALTRI

LAVORARE IN GRUPPO

NON PICCHIARE

NON FARE LA SPIA

Sistema dei punti

FOGLIO DEL TRAGUARDO

NO = 0 punti
UN PO'= ½ punto
SÌ = 1 punto
Punteggio massimo = 5 punti

PARTECIPAZIONE POSITIVA

1 punto

- ✔ Ascoltare con attenzione
- ✔ Impegnarsi nelle attività

SEGUIRE LE REGOLE

- ✔ Se segui le regole del gruppo guadagni 1 punto.
- ✔ Durante ciascun incontro riceverai una multa ogni volta che non rispetti una regola. Le prime due multe sono avvertimenti, alla terza perderai 1 punto.

COMPITI A CASA

- ✔ Se svolgi i compiti assegnati guadagni 1 punto (alcune volte questi possono far guadagnare più di 1 punto!).

LE MULTE !!

IVAN

TOMMASO

MATTIA

FRANCESCO

I NOSTRI PREMI

2 PUNTI : ADESIVO STELLINA HIGH SCHOOL MUSICAL

3 PUNTI : ADESIVO GRANDE HIGH SCHOOL MUSICAL

6 PUNTI : PACCHETTO CARTE GORMITI/ YU-GI-HO

9 PUNTI : BOLLE SAPONE

12 PUNTI : 1 TATUAGGIO (PENNARELLO + STENCIL)

16 PUNTI : 1 GORMITO / MAGICO PANNOLINO

20 PUNTI : CRISTAL BALL

25 PUNTI : TRUCCHI / PENNARELLI A DITA

30 PUNTI : PUPAZZI ATTACCHINI (10 PUPAZZI A TESTA)

35 PUNTI : SCATOLA CARTE UNO

I PREMI

12 PUNTI = 10 minuti di pausa in più FASCIA PER I CAPELLI

16 PUNTI = 45 minuti di computer + internet + stampante da sdo

20 PUNTI = scelta del film

25 PUNTI = 1 ora a letto + Tardi x 1/SETT.

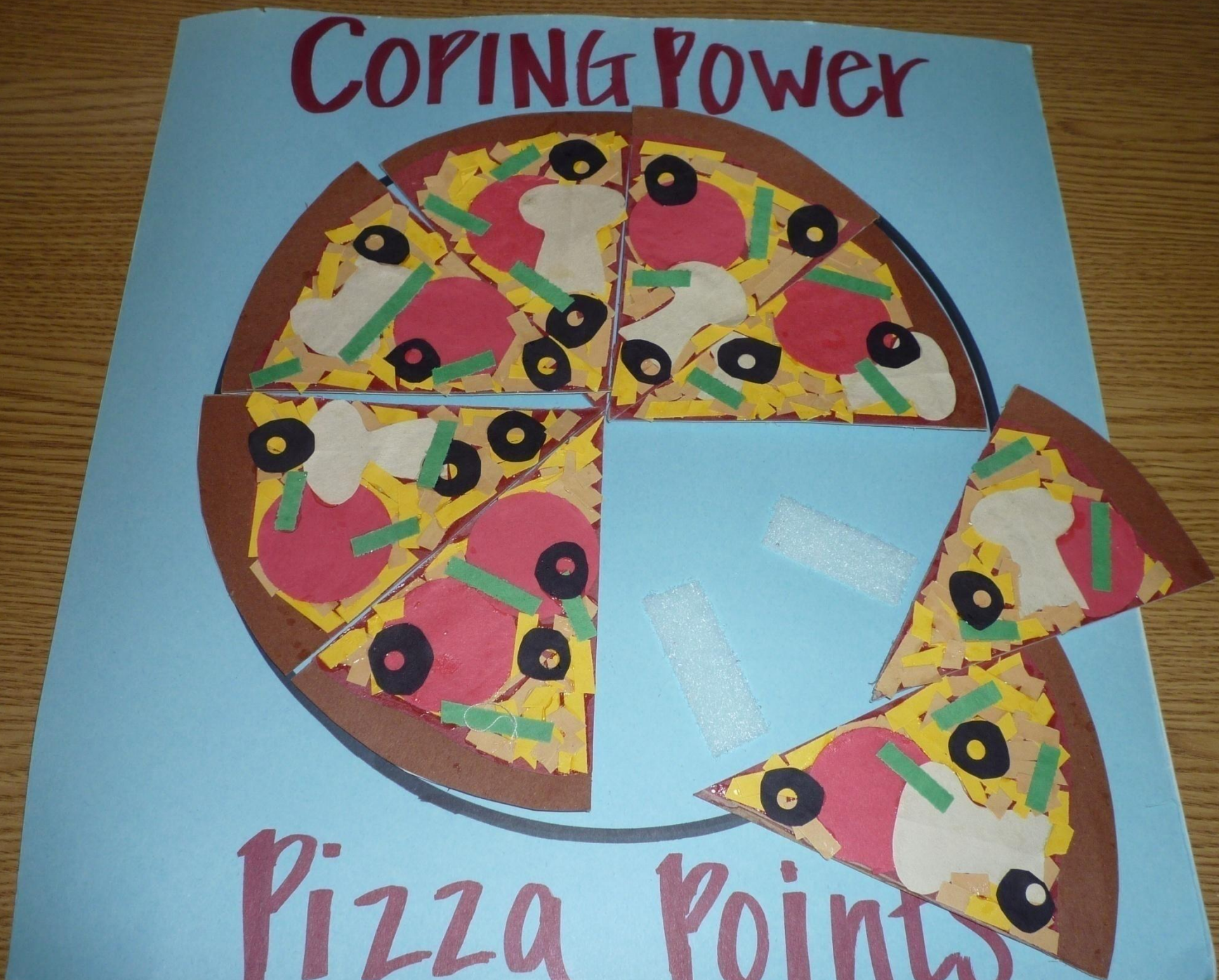
35 PUNTI = abbigliamento sportivo

40 PUNTI = buono da 15€ o biglietto x il cinema

45 PUNTI = permesso speciale

50 PUNTI = buono da 15€

50 PUNTI = BUONO DA 20€


COPING POWER
Pizza Points

Cominciare a costruire la coesione di gruppo

Proponiamo alcune attività che possono aiutare i bambini a conoscersi meglio e creare lo spirito di gruppo.

1. ***Intervista a coppie,***
2. ***Passa la palla.***
3. ***Dai un nome al gruppo.***

Che cos'è un traguardo?

- Perché è importante porsi dei traguardi?

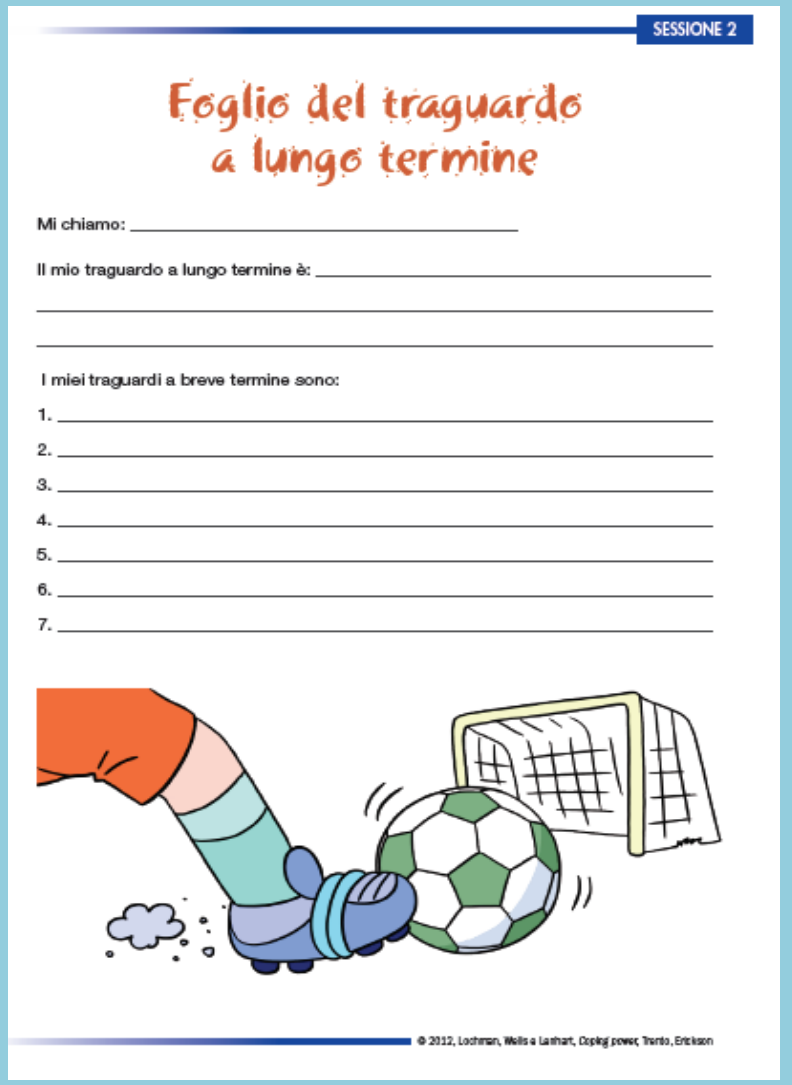
Si focalizza l'attenzione sul concetto che un traguardo è qualcosa che si ottiene lavorando e che serve per capire cosa vogliamo ottenere nel futuro

Pensate ad un atleta…….immaginate quanto deve faticare durante la settimana in allenamento….

…..merenda e FREE TIME !!

TRAGUARDI A BREVE E LUNGO TERMINE

SCELTA DEL TRAGUARDO PERSONALE



SESSIONE 2

Foglio del traguardo a lungo termine

Mi chiamo: _____

Il mio traguardo a lungo termine è: _____

_____

_____

I miei traguardi a breve termine sono:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

© 2012, Lochman, Wells e Lenhart, Coping power, Trento, Erickson

Traguardo a lungo termine:

***comportarsi meglio con l'insegnante e con i* compagni in classe.**

Traguardi a breve termine:

1. **Capire cosa, secondo l'insegnante, io dovrei fare.**
2. **Stare al mio posto durante la lezione.**
3. **Non picchiarmi con i compagni di classe.**
4. **Non litigare con i compagni di classe.**
5. **Quando l'insegnante mi chiede di fare qualcosa, farlo senza protestare.**
6. **Provare a impegnarmi di più in classe, partecipando alle attività.**
7. **Non toccare le cose degli altri ragazzi.**
8. **Alzare la mano quando voglio dire qualcosa in classe.**

Foglio del traguardo (CASA)

Nome: _____

Data: _____

Il traguardo è quello che io voglio raggiungere o che voglio che accada e io mi impegnerò a lavorare per conquistarlo.

IL MIO TRAGUARDO È: _____

_____

_____

_____

Firma bambino _____

Firma capo-gruppo _____

La mia mamma/Il mio papà farà una crocetta sul «SÌ» se raggiungerò il traguardo per quel giorno, sul «NO» se non l'ho raggiunto, su «UN PO'» se l'ho raggiunto in parte e firmerà in fondo.

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SÌ					
UN PO'					
NO					
Firma genitore					

© 2012, Lochman, Wells e Lanhart, Coping power, Trento, Erickson

Foglio del traguardo (SCUOLA)

Nome: _____

Data: _____

Il traguardo è quello che io voglio raggiungere o che voglio che accada e io mi impegnerò a lavorare per conquistarlo.

IL MIO TRAGUARDO È: _____

_____

_____

_____

Firma bambino _____

Firma capo-gruppo _____

Il mio insegnante farà una crocetta sul «SÌ» se raggiungerò il traguardo per quel giorno, sul «NO» se non l'ho raggiunto, su «UN PO'» se l'ho raggiunto in parte e firmerà in fondo.

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SÌ					
UN PO'					
NO					
Firma insegnante					

© 2012, Lochman, Wells e Lanhart, Coping power, Trento, Erickson

Suggerimenti per un buon uso del Foglio dei Traguardi

- ✓ Lavorare insieme al bambino per identificare traguardi misurabili e raggiungibili
- ✓ Sollecitare suggerimenti da parte di genitori e insegnanti
- ✓ Responsabilizzare il bambino rispetto al Foglio dei Traguardi
- ✓ Tenere il foglio del traguardo in un posto visibile
- ✓ Sottolineare a genitori/insegnanti l'importanza del foglio del traguardo e Incoraggiarli a lodare il bambino per i traguardi raggiunti
- ✓ Dare gratificazioni per aver riportato il foglio del traguardo
- ✓ Sollecitare sistemi per riportare il traguardo (cartellina)
- ✓ Tutoraggio tra pari

COPING POWER PROGRAM
COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo
e sistema dei traguardi

-Organizzazione e abilità di studio

-Consapevolezza emotiva e attivazione fisiologia della rabbia (SESSIONI 5-6)

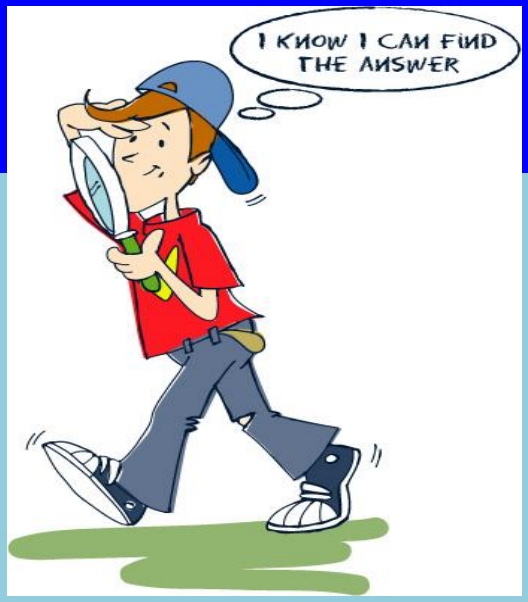
-Training per la modulazione della rabbia: autoistruzioni, attività di distrazione e rilassamento

-Assunzione di prospettiva altrui

-Problem-solving sociale in varie situazioni (gruppo dei pari, insegnanti, famiglia)

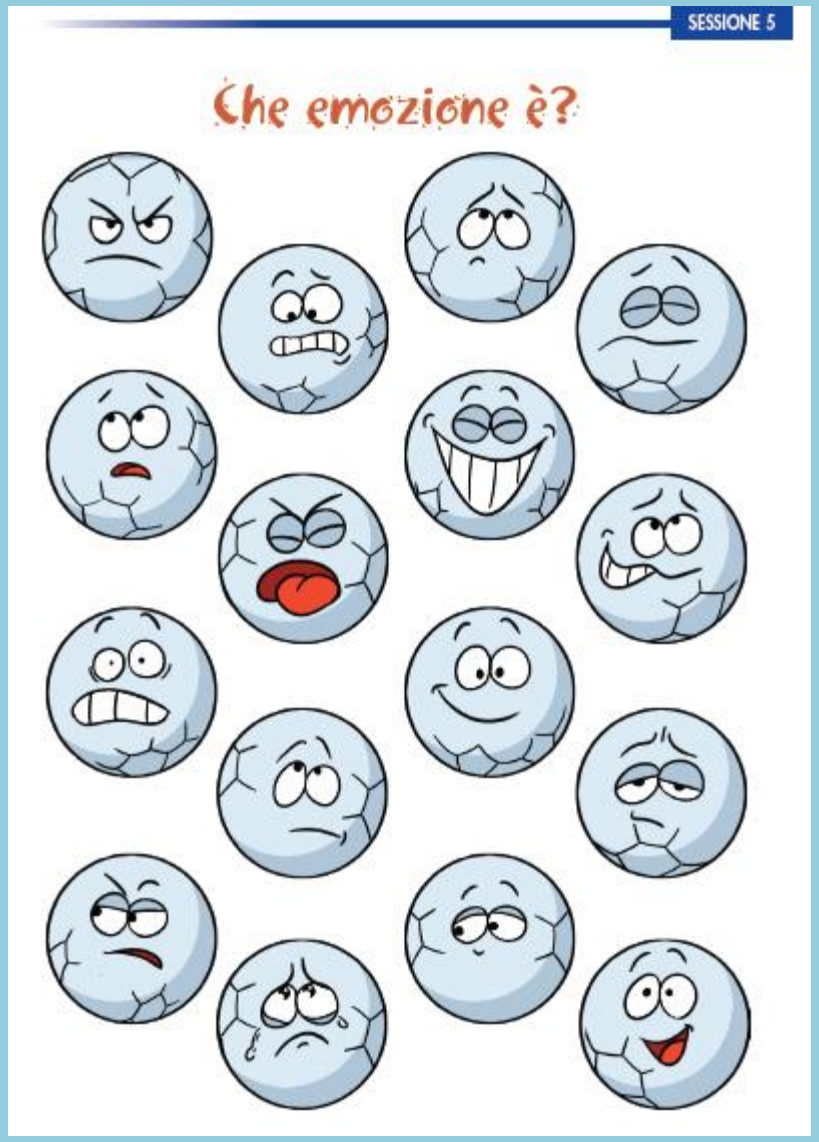
-Resistenza alla opressione dei pari e aggregazione a gruppi non devianti

Tylan inizia a lavorare sul riconoscere la rabbia.....



Riconoscimento dei diversi stati emotivi

- Brainstorming sulle emozioni
- Che cosa porta una persona a provare una certa emozione
- Che cosa ha provocato quell'emozione? (le molle)



EMOZIONE = FELICITÀ

Cosa vedono gli altri	Che cosa senti dentro il tuo corpo	I pensieri dentro la tua testa

CHE COSA MI FA SENTIRE TRISTE?

- IMMAGINI DI GUERRA
- ANDO MI FACCIO MALE
- ANDO UN AMICO SI FA MALE
- ANDO QUALCUNO PARLA MALE DI ME
- OSARE LA TRISTEZZA DI QUALCUNO
- ERE UNA PERSONA TRISTE
- PERSONA IN DIFFICOLTA'
- IMMAGINE COMMOVENTE

CHE COSA MI FA SENTIRE ARRABBIATO?

- QUANDO MI PRENDONO QUALCOSA SENZA PERMESSO
- QUANDO MI PRENDONO IN GIRO TANTO
- QUANDO MI DICONO LE BUGIE
- QUANDO MI ESCLUDONO DA UN GIOCO
- QUANDO MI DANNO NOIA
- QUANDO MI PICCHIANO
- QUANDO PRENDO UN BRUTTO VOTO
- QUANDO MI SENTO INCOLPATO INGIUSTAMENTE
- QUANDO QUALCUNO ROMPE UN MIO OGGETTO
- QUANDO MI CORREGGONO
- QUANDO NON HO IL RISULTATO CHE MI ASPETTO
- QUANDO MI CONTROLLANO IL COMPORTAMENTO
- I COMPITI DI PUNIZIONE
- QUANDO MI DANNO TROPPI COMPITI
- QUANDO LE MAESTRE PUNISCONO TUTTA LA CLASSE
- LE COSE CHE RITENGO INGIUSTE
- SCHERZI DI BRUTTO GUSTO

CHE COSA TI FA' SENTIRE FELICE?

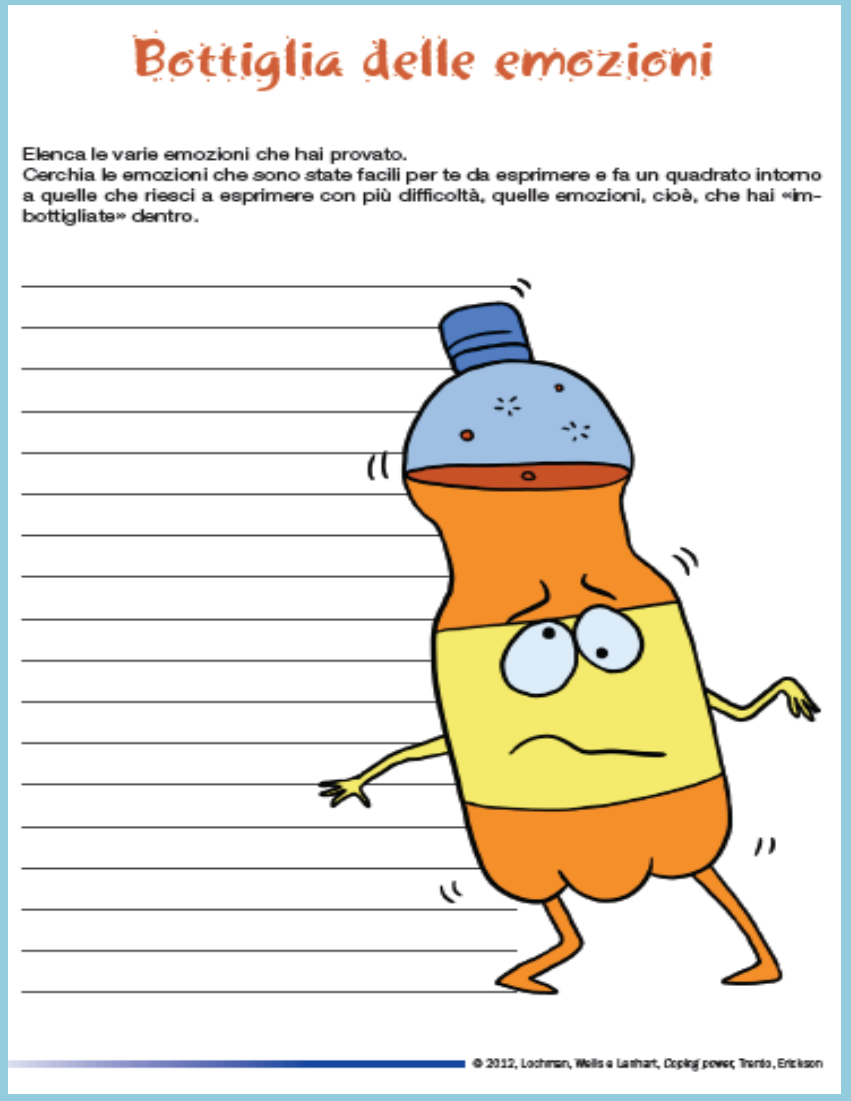
- QUANDO MI REGALANO QUALCOSA DI NUOVO
- QUANDO RENDO FELICE I MIEI GENITORI E I MIEI PARENTI
- QUANDO PRENDO LA PAGHETTA
- QUANDO LA MIA SQUADRA VINCE UN [redacted] TORNEO
- QUANDO VINCO A UN GIOCO
- QUANDO STRAVINCO A PALLA MANO
- QUANDO RIESCO REGALARE LE COSE AGLI ALTRI
- QUANDO MI FACCIO UN NUOVO AMICO
- QUANDO PRENDO UN BEL VOTO A SCUOLA
- QUANDO VADO ALLE MURA IN BICI
- QUANDO MI SENTO ACCETTATO A SCUOLA
- TROVARE LA FIDANZATA

Esprimere le proprie emozioni può essere difficile

- Sei sempre in grado di capire come si sente un'altra persona in base a come si mostra o si comporta?

– Sei sempre in grado di esprimere le tue emozioni?

– Qualche volta non si può dire cosa prova un'altra persona o cosa sta provando, perché…



Identificare i segnali fisiologici della rabbia

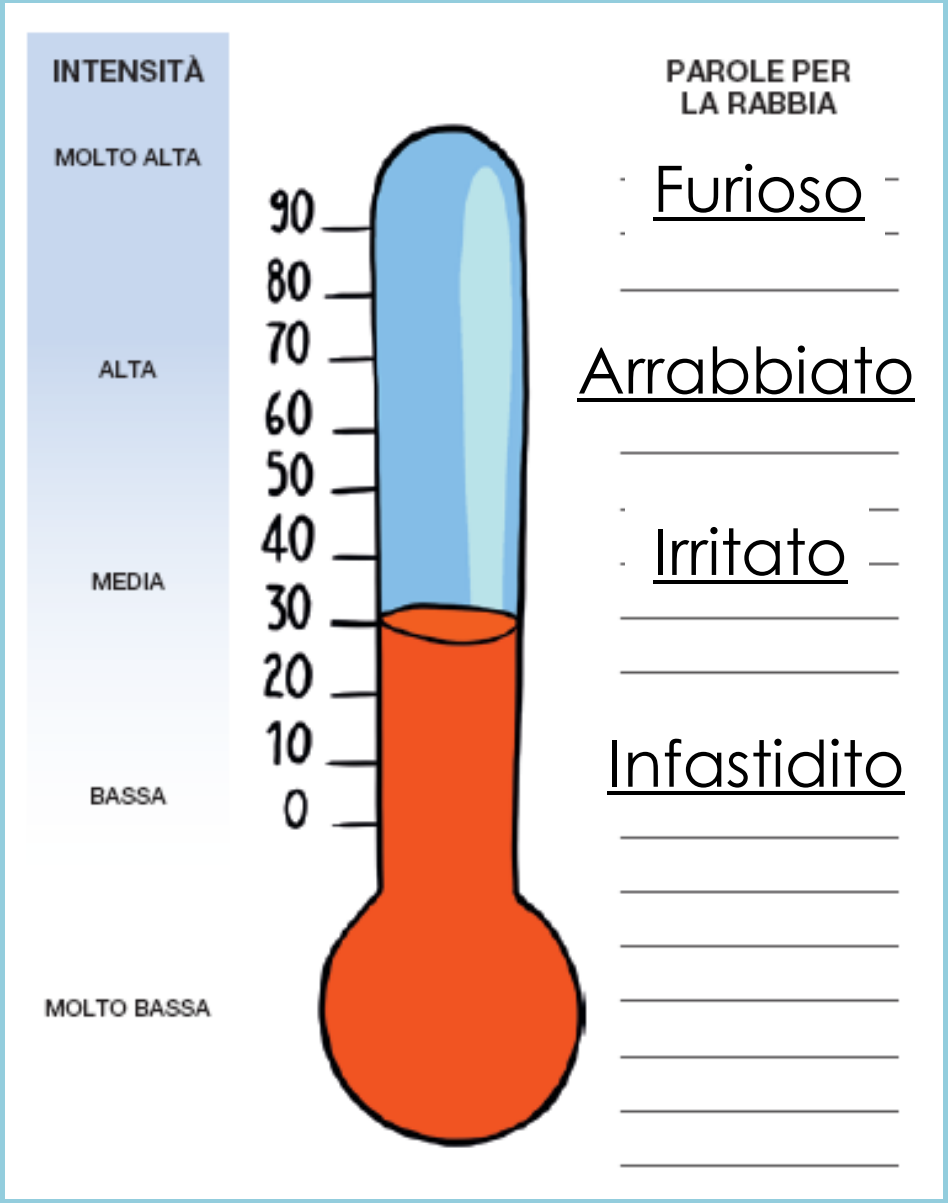
2 VIDEO (ELIA, e gruppo Elia)

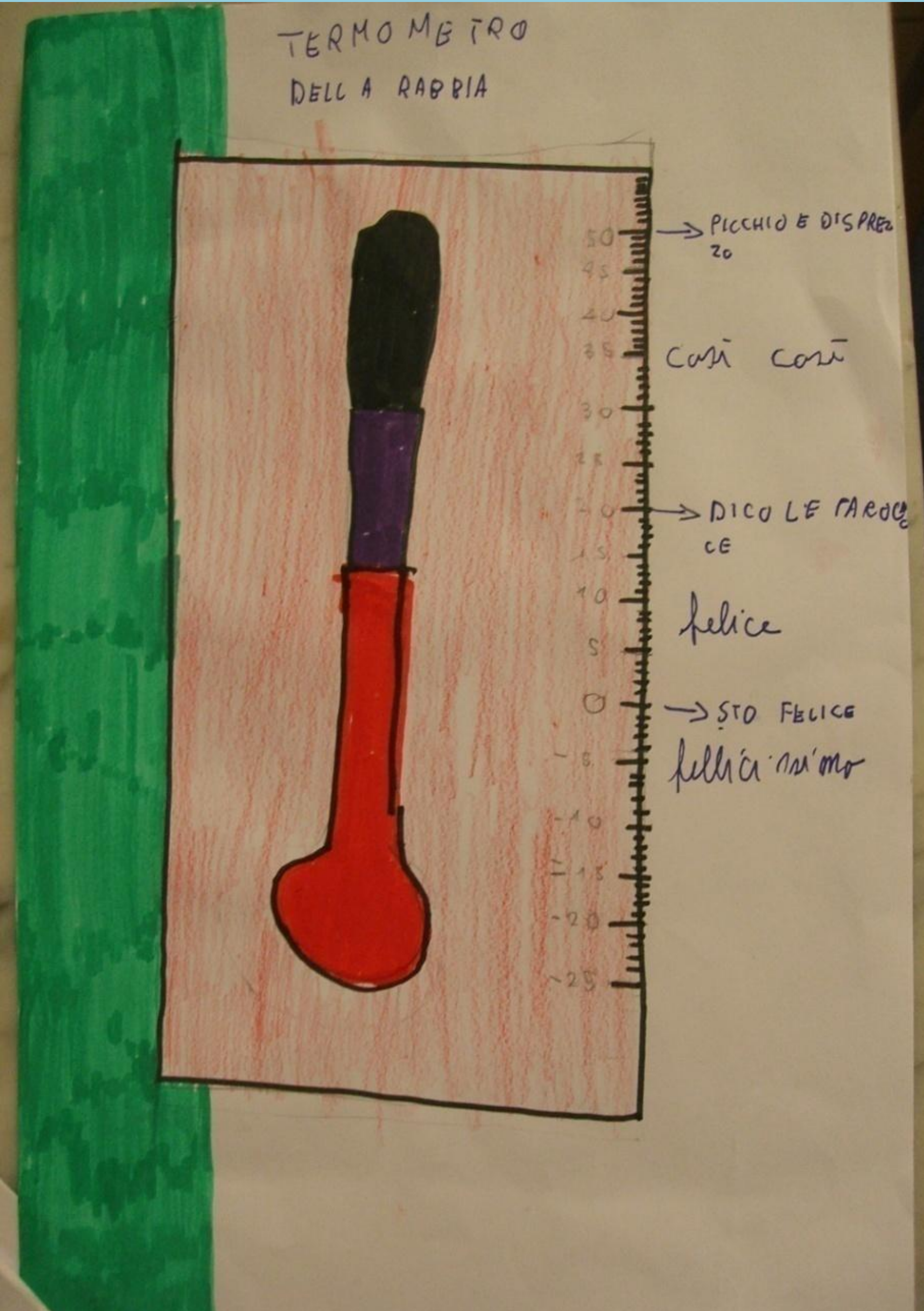
- **Tono della voce**
- **Espressione facciale**
- **Posizione/movimenti del corpo**
- **Stati interni del corpo (aumento del flusso sanguigno, aumento del battito del cuore, aumento della tensione muscolare, pugni serrati, mani sudate)**

- Come reagisce il vostro corpo quando vi arrabbiate?

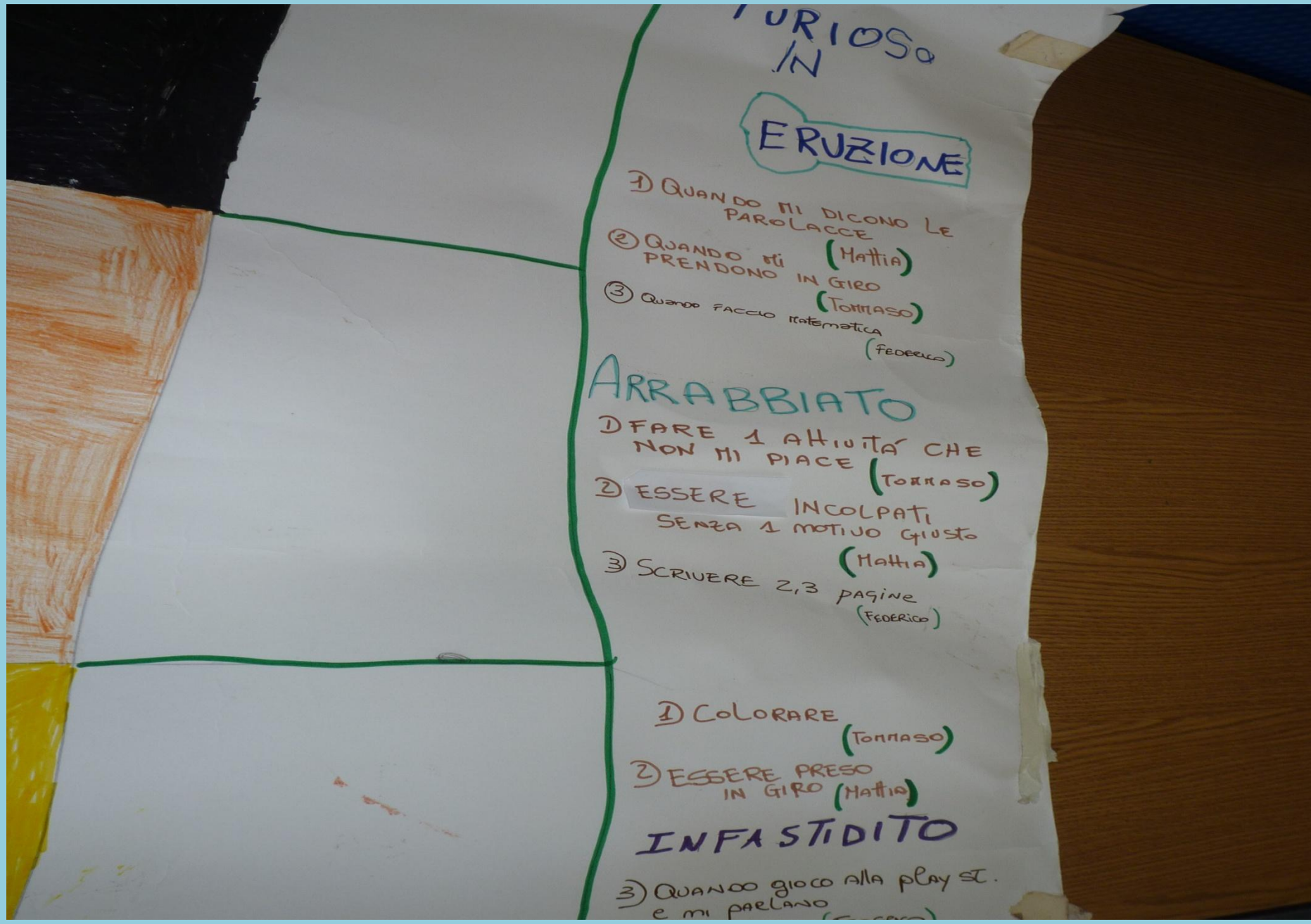
- Qual è la prima cosa che succede nel vostro corpo quando cominciate a essere arrabbiati?

Identificare diversi livelli di rabbia




TERMOMETRO
DELLA RABBIA
PICCHIO E DISPREZZO
così così
DICO LE PAROLACCE
felice
STO FELICE
fellici·ssimo

così così
FELICE
MI SENTO ROSSO,
MI SENTO UN VULCANO NELLA PANCIA,
STRINGO I DENTI FORTE,
SRIGO FORTE LE MANI,
Quando MI SENTO arrabbiato scrivo male perché pigio sulla penna.


URIOSO
IN
ERUZIONE
1) QUANDO MI DICONO LE PAROLACCE
2) QUANDO MI PRENDONO IN GIRO (MATTIA)
3) QUANDO FACCIO MATEMATICA (TOMMASO)
(FEDERICO)
ARRABBIATO
1) FARE 1 ATTIVITÁ CHE NON MI PIACE (TOMMASO)
2) ESSERE INCOLPATI SENZA 1 MOTIVO GIUSTO (MATTIA)
3) SCRIVERE 2,3 PAGINE (FEDERICO)
1) COLORARE (TOMMASO)
2) ESSERE PRESO IN GIRO (MATTIA)
INFASTIDITO
3) QUANDO GIOCO ALLA PLAY ST. E MI PARLANO

Tylan inizia a pensare a dei trucchetti per fronteggiarla

Oggi vorrei che ognuno di voi dicesse al gruppo che cosa fa quando è solamente un pochino arrabbiato o irritatto……

invece quando siete molto arrabbiati?

Che differenza c'è fra quando la rabbia è bassa ed alta?

Quando è più facile affrontarla?

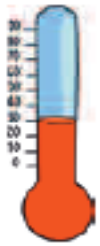
Compiti a casa

Agenda della rabbia 1

LUNEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



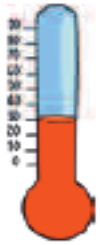
Perché mi sono arrabbiato?

_____
_____
_____
_____

MARTEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



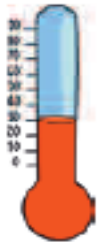
Perché mi sono arrabbiato?

_____
_____
_____
_____

MERCOLEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



Perché mi sono arrabbiato?

_____
_____
_____
_____

COPING POWER PROGRAM
COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo e sistema dei traguardi

-Organizzazione e abilità di studio

-Consapevolezza emotiva e attivazione fisiologia della rabbia

-Training per la modulazione della rabbia: autoistruzioni, attività di distrazione e rilassamento (SESSIONI 7-11)

-Cambiare punto di vista

-Problem-solving sociale in varie situazioni (gruppo dei pari, insegnanti, famiglia)

-Resistenza alla opressione dei pari e aggregazione a gruppi non devianti

Fare pratica con le strategie di coping per la rabbia e con l'autocontrollo

ATTIVITA':
Gioco di memoria con le carte

CHI SI OFFRE VOLONTARIO ???

- *È stato difficile concentrarsi sui numeri?*
- *Come avete fatto a concentrarvi?*
- *Come avete fatto a mantenere l'autocontrollo?*
- *Stavate per arrabbiarvi?*
- *La provocazione vi deconcentrava?*
- *Chi di voi ha vinto si è arrabbiato?*

TECNICA DI DISTRAZIONE DALLE PROVOCAZIONI RIMANENDO CONCENTRATI SUL COMPITO

Compiti a casa

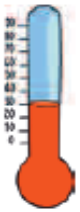
SESSIONE 7

Agenda della rabbia 2

LUNEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



Perché mi sono arrabbiato?

_____

Cosa ho fatto per affrontare la situazione?

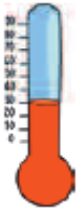
_____

_____

MARTEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



Perché mi sono arrabbiato?

_____

Che cosa ho fatto?

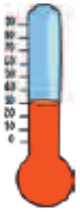
_____

_____

MERCOLEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



Perché mi sono arrabbiato?

_____

Che cosa ho fatto?

_____

_____

© 2012, Lochman, Wells e Lenhart, Coping power, Trento, Erickson

VIDEO TYLAN

Sessione 8

- Introduzione al Dialogo Interno e alle Autoistruzioni

Si presentano esempi delle cose che le persone possono dire a se stesse quando sono arrabbiate

Quale sarà l'autoistruzione che aiuta a rimanere calmi?

Devo cercare di non arrabbiarmi.
Mi comporterò da adulto, non scoppierò.
Resisti

Rimani calmo. Rilassati.
Rallenta. Respira profondo…
Non ha senso arrabbiarsi.

Posso usare il mio senso dell'umorismo e fare una battuta.
Pensa a quello che vuoi per uscire da questa situazione.
Pensa positivo.

Esercitarsi con le autoistruzioni: autoistruzioni con i pupazzi

CHI SI OFFRE VOLONTARIO????

2. Video vari

Adesso, ognuno di voi si eserciterà con le autoistruzioni. Userete il vostro pupazzo per mettere in pratica le autoistruzioni nel momento in cui venite provocati dagli altri membri del gruppo. Questo significa che vogliamo sentirvi dire le autoistruzioni ad alta voce. Lo sappiamo che, nella vita reale, le dite a voi stessi solamente nella vostra testa, ma per oggi vogliamo sentirvele dire.

Che cosa ha detto a se stesso il pupazzo?

A quale livello di rabbia è arrivato?

Quali abilità ha usato per fronteggiare la rabbia?

STAI CALMO E FAI QUELLO CHE VUOI
NON È LA FINE DEL MONDO
CONTINUA A FARE QUELLO CHE STAI FACENDO
FAI FINTA CHE NON ESISTO NO
1, 2, 3 ... 1000
DEVO STARE CALMO
NON È UNA TRAGEDIA
NON FARE IL SUO GIOCO
TRANQUILLO!
FAI UN' ALTRO GIOCO
FARE
IGNORARE
SCRIVERE PUPÙ
METTERSI NEI PANNI DELL'ALTRO
FARE
METTERSI IN DISPARTE
GIOCARE CON QUALCUN ALTRO
FARE QUALCOSA D'ALTRO

Frasi della Calma

- Proseguimento del training sulle autoistruzioni

ATTIVITA’ CON I BAMBINI SENZA PUPAZZI

(Il pupazzo non fa più da barriera

Ausilio FRASI DELLA CALMA al posto del Pupazzo)

Compiti a casa

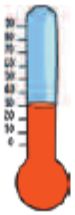
SESSIONE 9

Agenda della rabbia 3

LUNEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



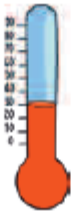
Perché mi sono arrabbiato?

Che frasi per stare calmo ho usato?

MARTEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



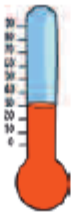
Perché mi sono arrabbiato?

Che frasi per stare calmo ho usato?

MERCOLEDÌ

Intensità
(sottolinea)

MOLTO ALTA
ALTA
MEDIA
BASSA
MOLTO BASSA



Perché mi sono arrabbiato?

Che frasi per stare calmo ho usato?

© 2012, Lochman, Wells e Lenhart, Coping power, Trento, Erickson

Sessione 10

- Le AI sono state usate nella vita reale?
- Test di memoria sulle AI – FRASI DELLA CALMA QUIZ
- Attività con Autoistruzioni al Termometro

VIDEO TYLAN AL TERMOMETRO

Le frasi si iniziano a dire nella testa…….

MODI PER MANTENERE L'AUTOCONTROLLO

- RIMANERE CONCENTRATI
- USO DEL DIALOGO INTERNO
- RESPIRAZIONE PROFONDA E TECNICHE DI RILASSAMENTO
- DISTRARSI CON QUALCOSA DI PIACEVOLE

TECNICHE DI RILASSAMENTO

Istruzioni per il respiro profondo

Mettetevi in una posizione comoda. Mettete una mano sul vostro stomaco e un'altra sul vostro torace. Inspirate lentamente e guardate quale delle due mani si muove. I respiri poco profondi fanno muovere la mano sul torace, i respiri profondi fanno muovere la mano sullo stomaco. Adesso, lentamente, inspirate dal vostro naso. Mentre voi inspirate, contate lentamente fino a tre e sentite il vostro stomaco che si espande sotto la vostra mano. Trattenete il respiro per un secondo e quindi lentamente espirate mentre di nuovo contate fino a tre. Mentre voi inspirate, pensate alla parola «inspira». Quando espirate, pensate alla parola «rilassati».

Inspira 1... 2... 3.

Trattieni 1...

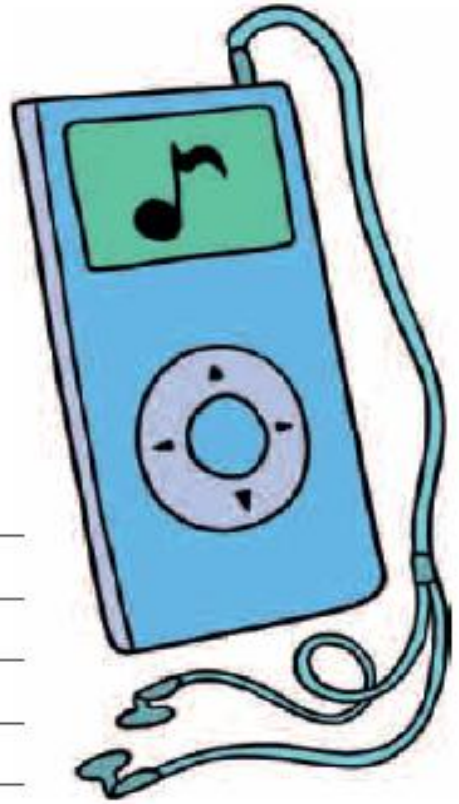
Rilassati 1... 2... 3.

Continuate l'esercizio di respiro profondo per alcuni minuti, cercando di sentirvi sempre più rilassati ogni volta che espirate.

– Vi siete mai allontanati da uno scontro?
– Siete mai stati capaci di ignorare chi vi dava fastidio?
– Come vi siete sentiti dopo aver evitato uno scontro?
– Quale sentimento avete provato dopo esservi allontanati?

Cose che posso fare per calmarmi...

- ✔ Fare sport
- ✔ Parlare con un amico
- ✔ Disegnare
- ✔ Ascoltare musica
- ✔ Fare una passeggiata
- ✔ Fare qualche esercizio
- ✔ Fare un gioco
- ✔ Giocare con un animale
- ✔ _____
- ✔ _____
- ✔ _____
- ✔ _____
- ✔ _____



COPING POWER PROGRAM
COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo
e sistema dei traguardi

-Organizzazione e abilità di studio

-Consapevolezza emotiva e attivazione fisiologia della rabbia

-Training per la modulazione della rabbia: autoistruzioni, attività di distrazione e rilassamento

- Cambiare punto di vista (SESSIONI 12-14)

-Problem-solving sociale in varie situazioni (gruppo dei pari, insegnanti, famiglia)

-Resistenza alla opressione dei pari e aggregazione a gruppi non devianti

OBIETTIVO 1.

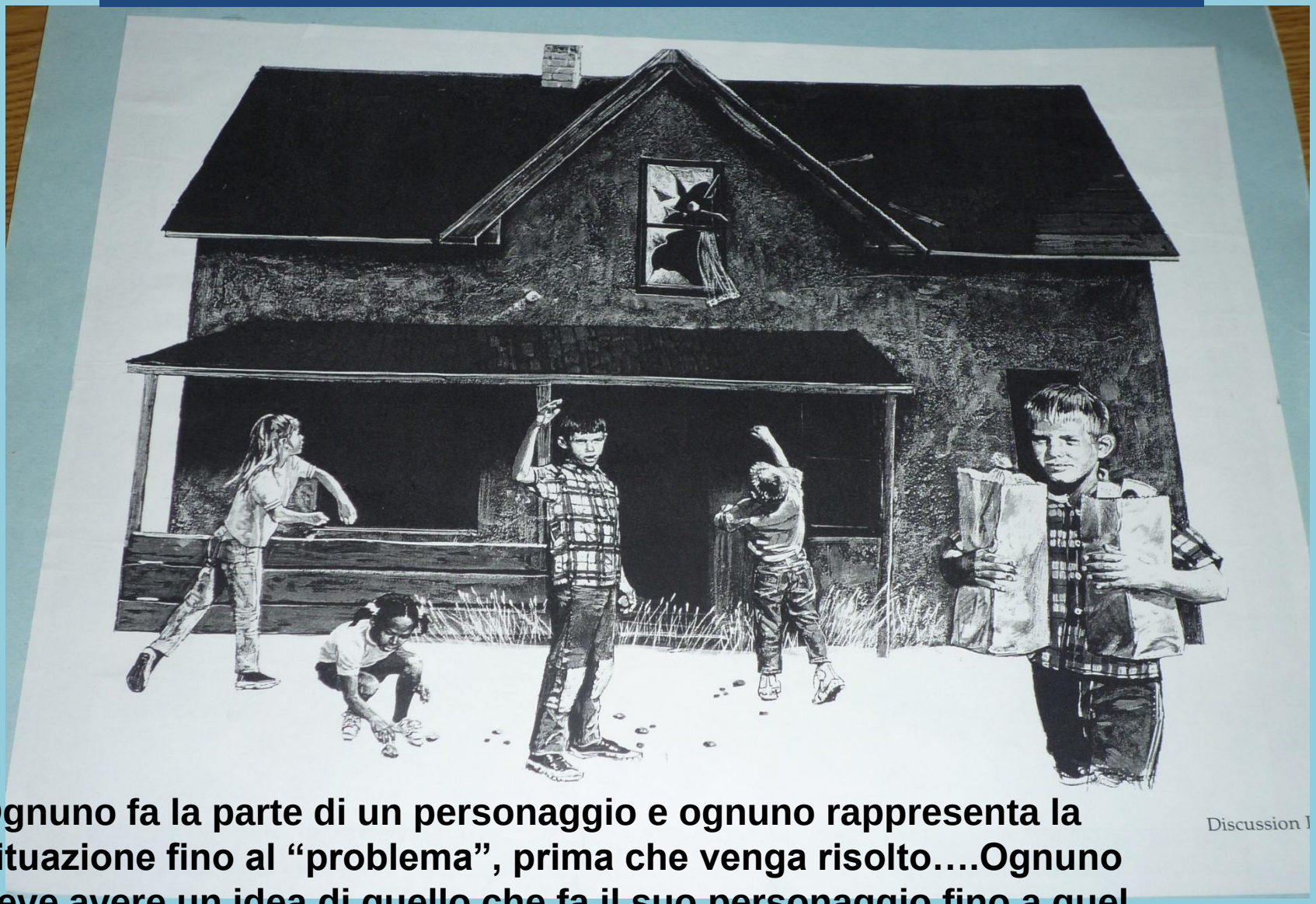
Come cambiare il punto di vista

Diverse persone possono vedere la stessa situazione in modo davvero diverso…. ciascuno ha un suo valore e una sua giustificazione!

ATTIVITA' con ILLUSIONI OTTICHE

Scrivere su un foglietto cosa vedete in questa immagine!

ATTIVITA' CON IMMAGINE STIMOLO e Il REPORTER



Ognuno fa la parte di un personaggio e ognuno rappresenta la situazione fino al "problema", prima che venga risolto….Ognuno deve avere un idea di quello che fa il suo personaggio fino a quel momento….

STOP !!!!

Giochiamo al reporter

- ✔ Cosa sta succedendo?
- ✔ Quando è iniziato?
- ✔ Chi sono le altre persone coinvolte?
- ✔ A cosa pensi mentre gli altri...?
- ✔ Come ti senti mentre...?
- ✔ In che modo, secondo te, potevi risolvere il problema?
- ✔ Come pensi che andrà a finire?
- ✔ Secondo te, gli altri protagonisti cosa stanno pensando e come si sentono?
- ✔ Secondo te perché gli altri si stanno comportando così?

Secondo voi perché avete visto le cose in modo diverso?

Che cosa ha causato queste differenze nei punti di vista?

I pensieri ed emozioni che avevate in testa hanno influenzato la scelta della soluzione per fronteggiare il problema?

Video 11 assunzione di prospettiva

Attività di introduzione “punto cieco”

- Certi sentimenti /pensieri se negativi possono ostacolare nel vedere alcune informazioni importanti per capire a fondo un problema….

Obiettivo 2

- Le informazioni che abbiamo rappresentano solamente il nostro punto di vista !!.....

E la nostra visione è limitata !!

Ve lo dimostriamo con:

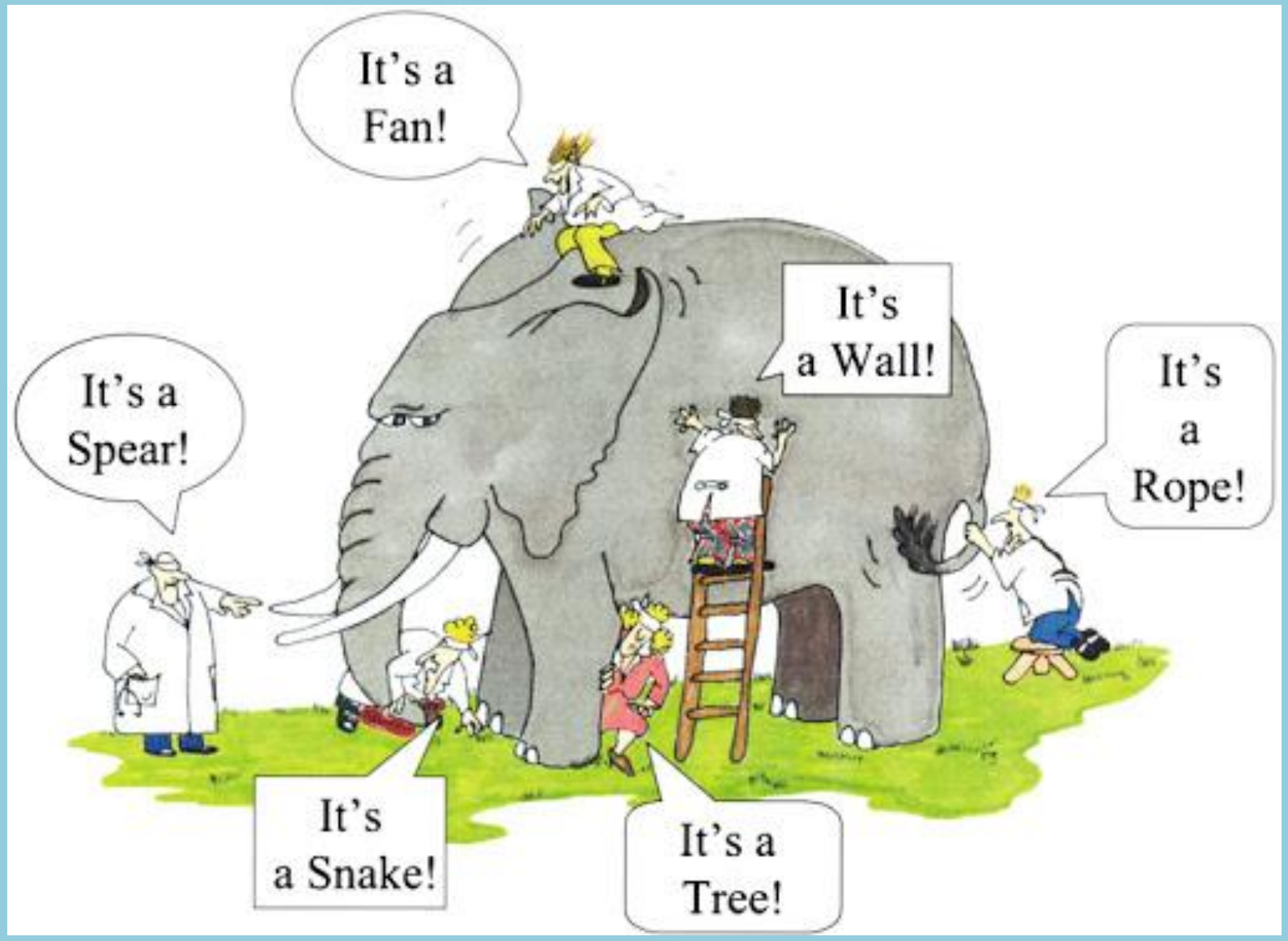
Attività del “Che cosa potrebbe essere?”

“Gli uomini ciechi”

ORA DIVERTIAMOCI UN PO’

Adesso ognuno di voi riceverà un foglio con la descrizione di una parte di una cosa che dovrete indovinare. Quando ricevete la descrizione, provate a immaginare di cosa potrebbe trattarsi. Poi vi chiediamo di pensare in gruppo a cosa potrebbe essere mettendo insieme le parti !!

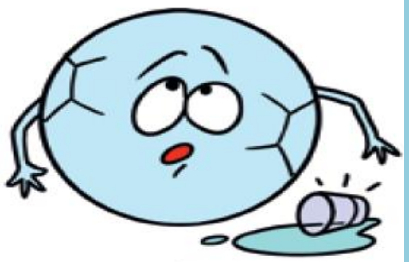
C'era una volta sei uomini saggi che vivevano insieme in una piccola città. I sei uomini saggi erano ciechi. Un giorno, una cosa venne portata nella città. I sei uomini avrebbero voluto vederla, ma come potevano?
«Io lo so»,disse il primo saggio. «Possiamo toccarlo!»
«Buona idea!», risposero gli altri. «Così potremo capire cos'è.»
Così i sei saggi andarono a vedere l'oggetto.
Il primo uomo toccò qualcosa che sembrava grande e piatto e si muoveva da una parte all'altra. Disse: «È un ventaglio».
Il secondo uomo sentì un'altra parte dell'oggetto ed esclamò: «No! È il tronco di un albero!».
Il terzo saggio urlò: « Vi sbagliate tutti e due, è una corda sottile con le frange in fondo!».
Proprio in quel momento il quarto si punse il dito su una parte appuntita dell'oggetto ed esclamò: «Non è né una corda, né un ventaglio e tantomeno un albero. È una lancia appuntita. Mi sono appena punto un dito!».
In quel momento il quinto uomo li chiamò e disse: «No, no, è come un muro alto. Forte e robusto».
Il sesto uomo non era d'accordo con nessuno degli altri. Dichiarò che l'oggetto gli ricordava un serpente, perché era lungo come un tubo che si muoveva in tutte le direzioni.
I sei saggi litigarono e litigarono e non si trovavano d'accordo su cosa avevano toccato.


It's a Fan!
It's a Spear!
It's a Wall!
It's a Rope!
It's a Snake!
It's a Tree!

Obiettivo 3. Perché è successo?

Che cosa è successo?

Ops, è stato un incidente …….



ACCIDENTALE

Vogliono proprio farmi arrabbiare!

INTENZIONALE

Hey, stanno cercando di aiutarmi!

PROSOCIALE

Hmm, non so cosa è successo…

AMBIGUO

- **Attività con immagini**
- **Le ragioni nel cappello**
- **Le intenzioni**

Poi il lavoro si sposta sulla discussione di problemi interpersonali reali….

- Siete entrati nella sala della mensa e vi avvicinate al tavolo dove è seduto il vostro migliore amico. Quando vi sedete a tavola lui vi ignora e continua a mangiare il suo panino. Perché vi ignora? A che motivazione potete pensare per cambiare punto di vista?

Per finire coi problemi con le insegnanti….

Intervista all'insegnante

Domande:

- ✔ In che cosa la scuola di quando eri piccolo/a era diversa dalla scuola di ora?
- ✔ In che cosa era simile?
- ✔ Che cosa ti piaceva di più della scuola elementare (media)?
- ✔ Che cosa ti piaceva meno della scuola elementare (media)?
- ✔ Mi racconteresti un ricordo piacevole di un tuo insegnante della scuola elementare (media)?
- ✔ Anche i bambini della tua classe qualche volta non riuscivano a seguire le regole che dava l'insegnante?
- ✔ Che cosa vuoi che facciano i bambini della tua classe mentre c'è lezione?
- ✔ _____
- ✔ _____
- ✔ _____
- ✔ Quando un bambino fa confusione e interrompe la tua spiegazione, qual è il tuo obiettivo con quel bambino e con il resto della classe?
- ✔ Che cosa ti piace di più del tuo lavoro di insegnante?

Macro- obiettivi

- Capire meglio le intenzioni dell'altro prima di reagire con una risposta impulsiva
- Regolare un'attivazione emotiva di rabbia
- Risolvere più efficacemente un problema

VIDEO INTERVISTA[G:\forli 2013\video\12 intervista maestra vittorio.avi](G:\forli 2013\video\12 intervista maestra vittorio.avi)
VITTORIO

COPING POWER PROGRAM
COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo
e sistema dei traguardi

-Organizzazione e abilità di studio

-Consapevolezza emotiva e attivazione fisiologia della rabbia

-Training per la modulazione della rabbia: autoistruzioni, attività di distrazione e rilassamento

-Cambiare punto di vista

-Problem-solving sociale in varie situazioni (gruppo dei pari, insegnanti, famiglia) (SESSIONI15-26)

-Resistenza alla pressione dei pari e aggregazione a gruppi non devianti

Problem-solving: IDENTIFICAZIONE PROBLEMA

- **- Definizione del problema**
  - **“Per le prossime settimane parleremo di come risolvere i problemi e di come fare delle buone scelte quando avete dei problemi con i vostri amici, con gli insegnanti o con i vostri genitori. Che cosa è un problema.?”**
  - **“*Un problema esiste quando volete raggiungere un traguardo e qualcosa non vi permette di ottenere ciò che volete.* ”**

- **I problemi possono essere *individuali, di gruppo* o *tra persone diverse***

- **Un problema può farci sentire tristi o arrabbiati**

«C’è un problema da risolvere!»

IDENTIFICAZIONE DEL PROBLEMA

SCELTA DELLE SOLUZIONI

VALUTAZIONE DELLE CONSEGUENZE

1. Riconosci un problema

- ✔ Quando hai un problema con un'altra persona cerca di pensare anche dal suo punto di vista: perché quella persona si sta comportando così con te?
- ✔ Qual è il suo obiettivo?
- ✔ Qual è il tuo obiettivo?

Prova a trovare un accordo con questa persona.

2. Pensa alle soluzioni

- ✔ Prova a fare un elenco di tutte le soluzioni che ti vengono in mente per risolvere questo problema.
- ✔ Non pensare adesso a quali potrebbero essere migliori e quali invece sono peggiori, fai la lista lunga possibile.

3. Pensa alle conseguenze

- ✔ Pensa a quali conseguenze ha ciascuna soluzione della tua lista.
- ✔ Devi pensare a tutte le conseguenze, sia quelle positive sia quelle negative.

4. Scegli la soluzione migliore

- ✔ Dall'elenco delle soluzioni scegli la soluzione migliore.
- ✔ Considera le conseguenze di ciascuna soluzione e scegli quella che ha le conseguenze meno negative.
- ✔ Se la soluzione che hai scelto non funziona, scegli una nuova dalla tua lista, sempre cercando tra quelle che hanno le conseguenze meno negative.
- ✔ Prova la tua soluzione.

Identificazione del problema

fare a pezzetti il problema = fare domande

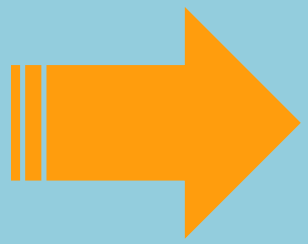
– Quante volte è successo?
– In quali situazioni è successo?
– Che cosa è successo poco prima che si presentasse il problema?
– Che cosa funziona ancora?

La mia auto non va più

- *La mia auto è stata trainata fino a un'officina e voi siete i meccanici che ci lavorano. Uno di voi mi chiede di descrivergli il motivo per cui l'ho portata da voi. Io rispondo «perché non va».*
- *Secondo voi la mia risposta vi aiuta? Vi può essere utile a capire che cosa si è rotto?*

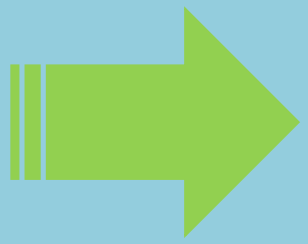
- *«Di che tipo di informazioni avreste bisogno per immaginarvi che cosa si è rotto nella macchina?»*

Non va più dopo che ho lasciato i fari accesi tutta la notte



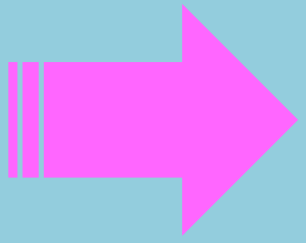
La batteria è scarica

E’ da molto che non faccio benzina



Il serbatoio è vuoto

Ho sentito un forte schianto e dopo la macchina è diventata molto rumorosa



Problema alla marmitta

Identificazione del problema

Conoscere gli obiettivi delle persone coinvolte

Quali sono gli obiettivi personali?
Quali sono gli obiettivi dell'altro?

"Quanto voglio spendere per la riparazione dell'auto?
Quando ho nuovamente bisogno dell'auto?"

Problem-solving sociale

Identificazione del problema:

Giovanni mi ha dato una spinta mentre giocavamo a calcio

Qual è il mio obiettivo?

Come mi sento di fronte a questo problema?

Scelte **Conseguenze**

Problem-solving: identificazione delle soluzioni

Pensate a 10 soluzioni diverse per questo problema: Proponete tutte le soluzioni che vi vengono in mente senza pensare per ora alle conseguenze di quello che proponete. Siete pronti? Via!

Categorie delle possibili soluzioni

- Chiedere aiuto
- Aggressione
- Compromesso
- Evitamento

Alcune soluzioni proposte potrebbero essere:

– Cercare di far parlare tra loro i due ragazzi.
– Aiutare il suo amico Daniele a colpire Tommaso.
– Andare a dire all’insegnante che c’è uno scontro in giardino.
– Convincere Daniele che non conviene mettersi nei guai e che è meglio andar via.
– Prendere una palla e vedere se si mettono a giocare, facendo così la pace.
– Dire ai ragazzi di cercare un accordo.
– Dire a Tommaso che chiamerà suo fratello per farlo picchiare se lui colpisce Daniele.
– Dire a Tommaso che a loro non piace essere infastiditi dagli altri.
– Chiedere a Daniele se vuole andare a casa e andar via da quel posto.
– Iniziare a parlare d’altro.

Identificare le conseguenze

- Definizione di conseguenza
- Valutare le conseguenze di ogni soluzione pensata per il problema dell'amico di Daniele

Meglio una soluzione pensata o non pensata ??

Pensiero automatico VS Pensiero cosciente

Immaginate questo problema…..dovete pensare a tutte le soluzioni possibili,,,e dovete essere velocissimi nel rispondere.
Cosa si potrebbe fare per risolvere il problema?
Pronti? Via!!

Compiti a casa

Il mio problema è: _____

_____

_____

_____

Scrivo **tutte** le soluzioni possibili:	Penso alle conseguenze delle soluzioni:
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

La soluzione che ho scelto: _____

_____

Le conseguenze della mia soluzione sono state: _____

_____

Nell'incontro successivo…..

usando lo stesso problema chiedete al gruppo di esercitarsi ancora: stavolta devono pensare prima alle conseguenze della soluzione che vogliono proporre e dire solo quelle che hanno delle conseguenze positive.

quale delle due liste contiene le idee migliori ?

A questo punto ricordate ai membri del gruppo di usare tecniche di respirazione o altri metodi che aiutino a calmarsi prima di rispondere

Per consolidare il concetto di conseguenza!!....

Siete tutti membri dell'equipaggio di una barca che si è imbattuta in una burrasca a molte miglia dalla costa e ha problemi al motore. Il capitano della nave vi ha detto che, a causa del brutto tempo, la nave ha bisogno di essere più leggera per superare la tempesta ed evitare di affondare. Voi, come membri dell'equipaggio, dovete decidere quali oggetti che sono sulla barca tenere e quali gettare in mare. Dovete decidere, in gruppo, l'ordine in cui lanciate in mare i seguenti oggetti:

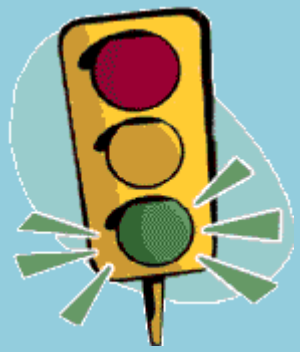
Gioco di sopravvivenza

Per consolidare il concetto di conseguenza….

- Qual era il problema in questa situazione?
- Avete avuto idee differenti riguardo a quali articoli lanciare in mare?
- Come avete deciso quali articoli tenere e quali lanciare?
- Pensare alle conseguenze di ogni vostra scelta vi ha aiutato a decidere quali articoli tenere?

Il momento migliore

1. «Qual è il momento migliore per parlare di un problema che avete con qualcuno?».
2. «Qual è il momento peggiore per parlare di un problema che avete con qualcuno?».
3. «Quali sono le cose da evitare quando parliamo con un'altra persona di un problema?».



Momento migliore:

– è necessario aver tempo a sufficienza per parlarne;
– bisogna essere sufficientemente calmi;
– avere la possibilità di parlarne o di affrontarlo in un luogo tranquillo, senza distrazioni.

Momento peggiore:

– quando voi o l'altra persona siete troppo arrabbiati;
– quando l'altra persona è occupata o sta cercando di finire qualcosa;
– quando avete altre cose da fare e non riuscite a focalizzarvi sul problema;
– quando siete in un luogo dove c'è troppa confusione o altre persone che potrebbero ascoltare.

Cose da evitare:

– usare un linguaggio provocatorio;
– provare a indovinare cosa l'altro pensa (se si hanno dei dubbi a riguardo è sempre meglio chiedere);
– essere troppo generici (è bene essere espliciti e fare riferimento a un problema specifico, evitando di dire all'altro «tu sei/fai sempre...»);
– fare domande irrilevanti o provocatorie, ad esempio riferendosi a episodi accaduti in passato;
– usare le mani e l'aggressione fisica.

Per risolvere un problema dobbiamo superare delle difficoltà….

•Gioco a squadre. Risolutori ed ostacoli

Simulata…….

Nel gruppo viene inserito un nuovo premio: potete conquistare la possibilità di passare un incontro solo a giocare se per quattro settimane tutti i membri del gruppo riportano il loro traguardo con almeno un «SÌ». Alcuni bambini hanno difficoltà a ricordarsi di riportare il foglio mentre altri hanno difficoltà a raggiungere i loro traguardi. Cosa puoi fare?

SOLUZIONI POSSIBILI:

1. Minacciare gli altri bambini
2. Farsi aiutare dal compagno di banco
3. Corrompere l'insegnante a scrivere SI sul foglio del traguardo
4. Aiutare gli altri bambini a scegliuere traguardi più raggiungibili

La squadra sceglie la soluzione 2. Farsi aiutare dal compagno di banco

OSTACOLI:

Il compagno di banco è malato e non può aiutare il bambino del gruppo

•Risolutori ed ostacoli

Dalla tua paghetta dopo tanto tempo sei riuscito a risparmiare 20 euro. Domani è il compleanno del tuo migliore amico, vorresti fargli un bel regalo. D'altra parte se spendi tanti soldi per il suo regalo te ne rimangono pochi per comprarti qualcosa per te. Cosa puoi fare?

Realizzazione di un videotape dimostrativo sul processo di problem solving I

- Introduzione didattica al video
- Brainstorming e definizione della situazione problematica su cui lavorare
- Assegnazione dei ruoli
- Fare le prove e riprendere la situazione problematica

Realizzazione di un videotape dimostrativo sul processo di problem solving II

- Fare un elenco delle diverse soluzioni alla situazione problematica scelta e sceglierne alcune da videoregistrare
- Riprendere ogni soluzione
- Dopo aver videoregistrato/rivisto ogni soluzione, chiedere ai membri del gruppo se sono soddisfatti della soluzione videoregistrata ed eventualmente se c'è qualcosa che avrebbero potuto rappresentare diversamente

Suggerimenti per la realizzazione del video

- Creare con i bambini una ”bozza” e fare delle prove prima di videoregistare
- Utilizzare dei cartelloni stile “gobbo” per ricordare ai bambini che cosa devono dire o fare.
- Dopo aver registrato una sequenza, riguardarla in gruppo e dicutere se effettivamente illustra i punti del problem-solving o se eventualmente rifilmarla.
- Sottolineare il rispetto delle regole e non riprendere i comportamenti sciocchi
- Coivolgere tutti i bambini nel lavoro dando loro anche ruoli nella “regia”

VIDEO FINALI
martedi /dvdmerc2011/picc model martedi

Applicazioni del modello "C'è un problema da risolvere" con:

- Insegnanti (sessione 23)

Comprenderne le aspettative, identificazione problema, soluzioni possibili, conseguenze, scelta soluzione

- Conflitti con i pari (sessione 25)
- Conflitti tra fratelli (sessione 26)

COPING POWER PROGRAM
COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo
e sistema dei traguardi

-Organizzazione e abilità di studio

-Consapevolezza emotiva e attivazione fisiologia della rabbia

-Training per la modulazione della rabbia: autoistruzioni, attività di distrazione e rilassamento

-Cambiare punto di vista

-Problem-solving sociale in varie situazioni (gruppo dei pari, insegnanti, famiglia)

-Resistenza alla pressione dei pari e aggregazione a gruppi non devianti
(SESSIONI 27-31)

Fare nuove amicizie

Fare amicizia è piu facile se...

- ✔ Sorridi
- ✔ Saluti le persone
- ✔ Sei onesto
- ✔ Ti interessano le altre persone
- ✔ Non sei nervoso
- ✔ Guardi le persone negli occhi
- ✔ Dici parole gentili agli altri
- ✔ Ascolti le altre persone quando parlano
- ✔ Sei divertente
- ✔ Sei te stesso
- ✔ Fai complimenti agli altri
- ✔ Guardi soprattutto i pregi degli altri
- ✔ Sei contento di te
- ✔ Hai tempo per gli altri
- ✔ Fai il primo passo
- ✔ Tratti gli altri come vorresti essere trattato tu
- ✔ Aiuti gli altri
- ✔ Giochi insieme agli altri
- ✔ Sei generoso

Scegli me!

Sto cercando un amico. Mi piace...

Potrei essere un buon amico per questi motivi...

Le cose che cerco in un amico...

Un bambino può cedere alla pressione dei pari per:

- – ***accettazione*** *(essere accettati dal gruppo);*
- – ***approvazione*** *(piacere a qualcuno);*
- – ***insistenza*** *(qualcuno ti assilla fino a quando non cedi);*
- – ***minaccia fisica o sociale*** *(qualcuno potrebbe minacciarti di picchiarti oppure* di dire a tutti che sei un codardo se non fai quello che ti dice);
- – ***rassicurazione*** *(qualcuno ti incoraggia, dicendoti che non verrai mai scoperto).*

Abilità di rifiuto

– **dire «no grazie»;**
– **troncare il discorso** («Non ne voglio sapere!»);
– **inventarsi una scusa** («Devo andare a casa»);
– **allontanarsi;**
– **cambiare discorso** («Per quale squadra tifi?»);
– **fare una battuta;**
– **mostrarsi scioccato** («Ma cosa stai dicendo?»);
– **fare un complimento** («Sei stato grande oggi a calcio!»);
– **proporre qualcos'altro** («Se invece oggi tu venissi a giocare alla play a casa mia?»);
– **rovesciare la** sfida («Su, non lo dirai mica sul serio? Perché dovresti fare una cosa del genere?»);
– **cercare un altro bambino per uscire dalla situazione;**
– **cercare di applicare strategie di mediazione** (aiutando cioè i compagni acapire cosa è giusto e cosa è sbagliato).

Realizzazione del poster: come aiutare altri bambini a dire no a chi propone cose pericolose

- Come resistere alle cose pericolose?
- Come dire di no?
- Quali sono i gruppi che frequentate?
- Cosa fate per divertirvi?

Quali immagini volete mettere sul poster?

Diploma

CONGRATULAZIONI!

Hai completato con successo il percorso Coping Power.
Ti nominiamo

CAMPIONE DELLA CALMA!