

Associazione Italiana
Sindrome 'X-Fragile'



Oltre il Sintomo: Strategie Psico-Educative per i Disturbi del Comportamento

DOCENTE: Dr.ssa MARIA CHIARA PAGNOTTELLI

psicologa/psicoterapeuta
chiara.pagnottelli@gmail.it



Incontro 1: Comprendere la Complessità (4 ore)

15 giugno

Descrizione: L'incontro si focalizza sulla definizione dei "comportamenti problema" e sulla classificazione dei principali quadri nosografici.

- Definizioni e caratteristiche: Analisi dell'impulsività, aggressività, oppositività e violazione delle regole.
- Quadri Clinici: Approfondimento su Disturbo Oppositivo Provocatorio (DOP), Disturbo della Condotta (DC) e ADHD (con e senza iperattività).
- L'impatto sul contesto: Riflessione sul vissuto di docenti e genitori: stress, senso di inefficacia e rischio di burnout.
- Criteri di analisi: Distinguere tra disturbi pervasivi e reazioni momentanee ("acting out") legate a disregolazione emotiva.

Attività in Asincrono (4 ore totali)

Le attività prevedono lo studio autonomo e la sperimentazione pratica da parte dei corsisti.

- Analisi di Materiale (2 ore): Studio approfondito delle slide sui quadri neuropsicologici e sulla bibliografia consigliata per approfondire i modelli teorici (es. Coping Power, ICF-CY).
- Progettazione di un Intervento mirato (2 ore): Sulla base di un ipotetico profilo ICF, i partecipanti devono individuare e descrivere uno il comportamento, analizzandone le caratteristiche e ipotizzando, sulla base delle teorie apprese, gli strumenti più efficaci, e la verifica dell'azione psicoeducativa condotta



L'Ecosistema dell'Alunno: Il Modello ICF

Barriere Ambientali (Ostacoli)

- Esposizione prolungata a compiti astratti e logico-matematici senza supporti visivi.
- Eccessiva luminosità, rumori ambientali non filtrati.
- Confronto continuo tra le competenze del singolo e quelle della classe.



La performance non è solo nel bambino, ma nell'interazione con l'ambiente.

Facilitatori Ambientali (Ancore di Salvataggio)

- Strumenti digitali compensativi (computer, calcolatrice, mappe digitali).
- Posto in aula strategico (favorisce ascolto attivo e attenzione).
- Relazione cooperativa tra pari e supporto educativo nei momenti meno strutturati.

Quali sono i

comportamenti problema?

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



- ❖ Impulsività e aggressività
- ❖ Oppositività e provocazione
- ❖ Violazione delle regole
- ❖ Mancanza di controllo

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Impulsività e aggressività:

- ❖ reazioni impulsive, sono agite al di fuori del ragionamento- si riconoscono perchè sono rapide, mancano di pianificazione
- ❖ scatti di rabbia,
- ❖ aggressività verso persone e/o animali

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Le reazioni impulsive:

- ❖ sono agite al di fuori del ragionamento- si riconoscono perchè sono rapide, mancano di pianificazione
- ❖ Trigger: Le reazioni sono spesso innescate da fattori scatenanti (trigger) esterni o interni che spingono all'azione bypassando i filtri cognitivi. [1]
- ❖ Disregolazione emotiva: Alla base c'è spesso una difficoltà nel tollerare emozioni spiacevoli, che porta a cercare un sollievo immediato attraverso



CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Le reazioni impulsive: tecniche di gestione

- ❖ La regola dei 10 secondi: Creare una pausa tra lo stimolo e la risposta, ad esempio contando fino a 10, permette al cervello di riattivare le funzioni logiche.
- ❖ Grounding: Concentrarsi sul respiro e sulle sensazioni fisiche (es. percepire i piedi ben saldi a terra) aiuta a disinnescare l'emotività eccessiva e a tornare al momento presente.
- ❖ Riconoscimento dei segnali corporei: Imparare a notare la tensione muscolare o l'aumento del battito cardiaco permette di intervenire prima che l'impulso prenda il sopravvento (reazione simpatica attacco e fuga)
- ❖

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Scatti di rabbia:

- ❖ sono reazioni sproporzionate rispetto allo stimolo scatenante: hanno come trigger stress, frustrazione accumulata o iperarousal
- ❖ coinvolgono il SNS reazione di tipo attacco/fuga:
- ❖ a livello cognitivo c'è vissuto di vittimismo o ingiustizia
- ❖ coprono spesso emozioni secondarie: la rabbia può mascherare sentimenti di vulnerabilità come ansia, paura, tristezza o senso di insicurezza.

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Scatti di rabbia:

- ❖ tecniche per l'impulsività :
- ❖ ristrutturazione cognitiva: sostituire i pensieri catastrofici o assoluti ("Va sempre tutto male", "Ce l'hanno tutti con me") con affermazioni più realistiche e orientate al problem solving
- ❖ scrittura espressiva: Tenere un diario emotivo può aiutare a identificare i fattori scatenanti ricorrenti.
- ❖ training assertivo: esprimere le frustrazioni usando frasi che iniziano con "Io" invece del "Tu" (es. "Mi sento frustrato quando..." invece di "Tu sbagli sempre") per evitare di alzare il livello di scontro

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Oppositività e provocazione

- ❖ sono atteggiamenti di polemica e sfida attiva verso le figure di autorità .
- ❖ comportano spesso violazione delle regole a casa e a scuola e difficoltà a rispettare le norme sociali, accompagnati talvolta da atteggiamenti vandalici o di furto
- ❖ si caratterizzano per mancanza di controllo: scarsa capacità di gestire le emozioni e comportamenti irriflessivi
- ❖ a livello cognitivo c'è vissuto di vittimismo o ingiustizia

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Oppositività - livelli di frequenza

1. Comportamenti oppositivi verbali
2. Comportamenti oppositivi non verbali
3. Comportamenti oppositivi paraverbali
4. Comportamenti oppositivi fisici

CARATTERISTICHE PRINCIPALI

Oppositività e provocazione: gestione

- ❖ **Evitare le lotte di potere:** Sostenere un confronto diretto spesso alimenta la sfida. Se il bambino o ragazzo si rifiuta di fare qualcosa, usa frasi che offrono un senso di controllo, come: "Preferisci fare X adesso o tra 10 minuti?"
- ❖ **Definire regole chiare e conseguenze:** Le regole devono essere poche ed essenziali. Spiega le conseguenze di un'azione in anticipo, evitando punizioni estemporanee o minacce che possono essere percepite come ricatti. Tecnica della "Scelta guidata": Invece di impartire ordini secchi, offri due opzioni valide per raggiungere l'obiettivo. Ad esempio: "Vuoi apparecchiare la tavola prima o dopo aver finito i compiti?"
- ❖ **Rinforzare i comportamenti positivi:** Spesso ci si concentra solo su ciò che non va. Lodare lo sforzo e i comportamenti corretti—anche piccoli—aiuta a costruire fiducia e a migliorare la relazione.
- ❖ **Mantenere la calma e ignorare le provocazioni minori:** Quando possibile, ignorare i comportamenti oppositivi lievi e mostrare noncuranza

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



Oppositività - condizioni che aumentano le difficoltà di fronteggiamento

1. comportamento che segue un “copione” reiterato tale per cui viene anticipato un esito stressante delle interazioni
2. risposta a comportamento reiterato più volte durante l’ora o la giornata (frequenza del comportamento problema)
3. provocazioni che risuonano in noi o estremamente personali con l’intento di sminuire di fronte ad altri
4. difficoltà di tolleranza personale (adesso basta!) momentaneo

CARATTERISTICHE PRINCIPALI

Impatto sociale



- Difficoltà di adattamento in diversi contesti (famiglia, scuola, lavoro), che può portare a compromissioni nel funzionamento quotidiano.
- Difficoltà nella regolazione delle funzioni fisiologiche o dell'autoregolazione possono portare a disturbi , anche se non riguardano direttamente il comportamento

CARATTERISTICHE PRINCIPALI



CHE IMPATTO HANNO SU CHI LI RICEVE TALİ COMPORTAMENTI?

- Disturbi del comportamento correlati con Burn Out

01	Burn out	• Aumentano il rischio di Burn Out
02	Autoefficacia	• Minano l'auto-efficacia • Provocano frustrazione
03	Dubbi su di sé	• Agiscono su vulnerabilità pre-esistenti • Diminuiscono il senso di self-efficacy
04	Stress	• Stancano e focalizzano l'attenzione su uno o pochi alunni trascurando gli altri • Allertano il sistema d'allarme SNA
05	Escalation	• Creano circoli viziosi • Aumentano il ricorso a bias cognitivi e disimpegno morale

L'Onda d'Urto sull'Adulto: Il Ciclo del Rischio Burnout



La Tentazione del Capro Espiatorio

Il rischio finale è l'isolamento dell'alunno per proteggere il sistema classe o familiare. Riconoscere questa fatica è il primo passo per smontarla.

QUADRI NOSOGRAFICI CORRELATI CON DISTURBO DEL COMPORTAMENTO

- Disturbo ADHD Deficit dell'attenzione con iperattività
- Disturbo Oppositivo Provocatorio
- Disturbo della Condotta
- Disturbo Esplosivo Intermittente

Altri disturbi associati

- Disturbo da disregolazione dell'umore dirompente
- Cleptomania e piromania

Sono spesso basati sulla difficoltà a controllare emozioni (soprattutto noia e frustrazione, differimento del piacere), che vengono “esternalizzate”, e il comportamento diventa agito al di fuori del controllo cognitivo di pianificazione e controllo delle conseguenze.

Matrice Diagnostica: I Principali Quadri Clinici a Confronto

	ADHD	DOP	DC
Espressione	Motoria e attenta (si muove come motorizzato, distratto, interviene a sproposito).	Verbale e ostile (sfida apertamente, polemico, dispettoso).	Fisica, distruttiva (aggressivo con persone/animali, furti, vandalismi).
Intenzionalità	Bassa. Agisce d'impulso (non meditato).	Moderata/Reattiva. Spesso aggressività verbale (non fisica).	Alta. Spesso aggressività meditata ed etero-diretta.
Trigger	Sforzo cognitivo prolungato, attesa, iper-stimolazione.	Figure autoritarie, richieste di adeguamento alle regole.	Ricerca di vantaggio personale, disimpegno morale.
Indicatori Chiave	Bias di negatività, difficoltà di ascolto, non si diagnostica prima dei 7 anni.	Deresponsabilizzazione circa il comportamento, forte suscettibilità.	Mancanza di empatia e senso di colpa, grave violazione delle norme.

Analizzare il comportamento

DEFINIRE PER CHI È IL PROBLEMA; DEFINIRE QUANDO E COSA FANNO NASCERE UN PROBLEMA

- DISTURBI CHE COMPROMETTONO L'ADATTAMENTO comportamenti inadeguati contesto, rigidità, procrastinazione
- DISTURBI CHE COMPROMETTONO IL SISTEMA DI REGOLE: oppositività, provocazione
- DISTURBI CHE COMPROMETTONO IL BENESSERE PROPRIO E ALTRUI: auto e etero-lesività, stereotipie esacerbate e persistenti e irruente, riperussioni legali (rabbia dirompente, "bullismo"...)

CARATTERISTICHE PRINCIPALI COMUNI: CRITERIO DELLA PERSISTENZA/PERVASIVITÀ

DISTURBI COMPORTAMENTALI VERI E PROPRI: continui e pervasivi in due o più aree di vita

REAZIONI MOMENTANEE: reazioni ristrette per tempo e contesto, relative a ambiti identificabili, caratterizzate da ACTING OUT* dovuti disregolazione emotiva, frustrazione; contagio emotivo e imitazione(branco), tipici della preadolescenza e infanzia per immaturità della corteccia prefrontale possono estendersi in periodi successivi per neurodiversità, immaturità o patologia in comorbidità

ACTING OUT* è una reazione non mentalizzata di passaggio all'azione al di fuori di una pianificazione e senza considerare le conseguenze.

SINTOMI SECONDARI DOWNTOWN ALTERE CONDIZIONI

COSA INCLUDIAMO IN QUESTA GRANDE CATEGORIA DI DISTURBI?

- Disturbo Esplosivo Intermittente (DEI)
- Disturbo Oppositivo Provocatorio (DOP)
- Disturbo della Condotta (DC)
- Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD)
- Altre condizioni includono disturbi d'ansia, depressione, disturbo ossessivo-compulsivo (OCD) e disturbi del sonno.

Disturbo esplosivo intermittente (DEI)

- Accessi di rabbia incontrollati criterio frequenza (2v. settimana) o criterio dell'intensità (lesioni o danni almeno 3 in un anno)
- La rabbia è connessa anche a sintomi fisici come tachicardia, tremori..
- L'aggressività può essere fisica o verbale spesso in assenza di danni a proprietà presenti
- Condotta non continuativa e non premeditata
- Episodi di durata entro 30 minuti

Cosa non e' scritto nella diagnosi: è spesso da discernere da disregolazione emotiva con crisi di rabbia conseguenti a frustrazione, ma l'umore è più stabile nelle fasi intercritiche. La persona prova senso di colpa. Rientra nei disturbi del controllo degli impulsi.

Disturbo Oppositivo Provocatorio (DOP)

2 v/sett per 6 mesi
distress proprio o altrui

Aspetti oppositivi

- suscettibile
- irritabile
- dispettoso
- deresponsabilizzato circa il comportamento
- attribuzione causale esterna

Aspetti provocatori:

- sfida apertamente
- dispettoso o vendicativo
- insofferente a regole ed autorità

COSA NON E' SCRITTO NELLA DIAGNOSI: difficilmente la sua aggressività è fisica e diretta, più verbale e ostativa al normale svolgimento della vita.

Parental rearing non contenitivo e incoerente frequentemente associato

Disturbo da deficit dell'attenzione (ADHD)

Attention Deficit Hyperactivity Disorder

Difficoltà attentive

- faticabilità
- concentrazione/memoria
- ascolto
- sogni ad occhi aperti

Iperattività:

- motorizzato, (salta , gioca con le penne); fa rumore,
- cade dalla sedia,
- spara risposte a sproposito
- bias di negatività(non i fanno parlare, non mi dicono "bravo!"...)

non si diagnostica prima dei 7 anni, può essere caratterizzato da assenza di iperattività

L'Impatto sulla Didattica: Le Barriere dell'Impulsività

Impulsività / Disattenzione

Ricaduta: Difficoltà a eseguire compiti che richiedono sforzo prolungato, fatica nella selezione dei distrattori e gravi difficoltà nell'ascolto orale.

Bassa Tolleranza alla Frustrazione

Ricaduta: Errata attribuzione causale. Prevalenza di attribuzione esterna degli insuccessi (la colpa è sempre del compito, dell'insegnante, degli altri).

Rigidità di Pensiero (Bias Cognitivi)

Ricaduta: Svantaggio sistematico di fronte ai feedback positivi (Negativity Bias: Non mi dicono mai bravo), e incapacità di differire la gratificazione durante lo studio.

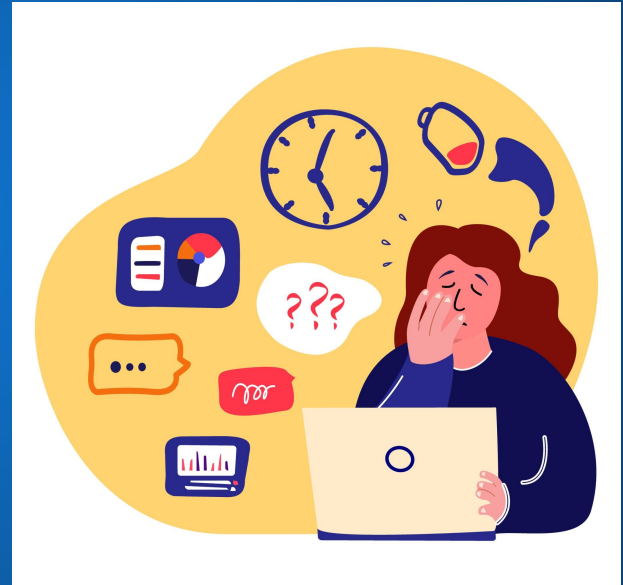
Paure dei genitori

- Non sarà mai autonomo!! gestione di fatica e difficoltà organizzativa
- C'è o ci fa? paura di mancanza di volontà o pigrizia
- Mi prende in giro? Routine che mantengono comportamenti poco adeguati o funzione secondaria
- I suoi compagni sono più bravi: utilità di focalizzazione sul problema invece che sul giudizio



Stili esecutivi correlati associati a disturbi del comportamento

- Procrastinatore
- Delegante
- Smemorato
- Disorganizzato

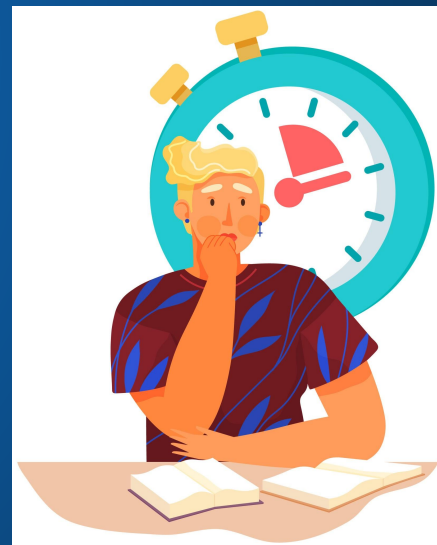


Procrastinatore

Rimanda tutto e sottovaluta la mole di attività

Strategie:

- verifiche a breve termine del lavoro
- anticipazione delle domande
- esposizione orale dell'argomento (confonde aver capito con saper dire)



Delegante

Chiede sempre aiuto e si fa sostituire, atteggiamento passivo

strategie:

- stabilire cosa sa fare da solo (es leggere la consegna)
- decidere la quantità di aiuto disponibile



Smemorato

Studia anche molto ma dimentica, fatica il recupero di lessico e fatti

Strategie:

suddividere in fasi

- selezionare i contenuti fondamentali da memorizzare e recuperare periodicamente
- arrivare alle verifiche dopo aver consolidato



Disorganizzato

Perde il materiale, non sa quali compiti fare , si perde, non organizza il tempo, lascia parti o fasi non complete

Strategie: riguardano spesso pianificazione recupero del processo esecutivo (interrompere l'esercizio per mentalizzare la fase esecutive e le successive)

- autocorrezione nei compiti (debugging)
- previsione di materiale necessario, autocorrezione



Funzione dei compiti

MOTIVARE ALLO STUDIO E AI COMPITI

- Sperimentare le proprie capacità
- Fronteggiare difficoltà, frustrazione e stress
- Costanza e capacità di attivazione
- Attribuzione di impegno
- Sviluppo fantasia (es produzioni scritte, letture, espressioni artistiche)

