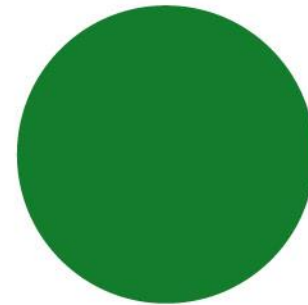




QUANDO I COMPORTAMENTI INTERNALIZZATI ED ESTERNALIZZATI SEGNALANO DIFFICOLTÀ E DISAGIO NELL'ALUNNO...IL RUOLO DELLE EMOZIONI NELL'APPRENDIMENTO

10 febbraio 2025



Dott.ssa Claudia Giordano, psicologa e
collaboratrice AID



ALCUNE INFORMAZIONI UTILI

Le slide saranno scaricabili dal sito accedendo a:
<https://bergamo.aiditalia.org>

Selezionando il link:

- cosa facciamo
- download materiali incontri



durante lo svolgimento della serata,
intervenite liberamente, alzando la mano, se
qualcosa non è chiaro



**UNA SERIE DI COSE CHE DIREMO
HANNO VALORE E SIGNIFICATO IN
VARI CONTESTI, NON SOLO QUELLO
SCOLASTICO.**





Menu

- IL COMPORTAMENTO COME FORMA DI COMUNICAZIONE
- COMPORTAMENTI ESTERNALIZZATI E INTERNALIZZATI: COSA SI INTENDE
- COMPORTAMENTI ESTERNALIZZATI E INTERNALIZZATI e APPRENDIMENTO
- STRATEGIE DENTRO E FUORI DALLA CLASSE



IL COMPORTAMENTO COME FORMA DI COMUNICAZIONE



LE TEORIE CHE FANNO DA SFONDO:

- Teoria dell'attaccamento di J. Bowlby
- Teoria della pragmatica della comunicazione umana di P. Watzlawick



IL COMPORTAMENTO SIA INTENZIONALE CHE AUTOMATICO È:

- mezzo per comunicare desideri, bisogni, emozioni (stato mentale)
- è diretto a uno scopo
- è motivato (motivazione → attenzione)
- ha un senso/significato, non sempre immediatamente comprensibile
- mezzo per mettersi in relazione
- risposta a stimoli esterni (ambientali) o interni (bisogni)



IL COMPORTAMENTO COMUNICA e FORNISCE INFORMAZIONI ATTRAVERSO:

- verbale: parole
- non verbale: postura, gesti, espressioni, posizione, ecc.
- paraverbale: il modo in cui diciamo le cose, ossia timbro, tono, velocità
- gesti: comportamento manifesto



COMPORAMENTO E COMUNICAZIONE

Comportamento e comunicazione sono sinonimi.

Tutto il comportamento, non solo le parole, è comunicazione e tutte le comunicazioni influenzano il comportamento.

(P. M. Lewick del Mental Research Institute di Palo Alto)

QUINDI: un comportamento, essendo influenzato dalle «comunicazioni intorno», è comprensibile e spiegabile se **CONTESTUALIZZATO**



ESEMPIO DI COMUNICAZIONE CHE INFLUENZA IL COMPORTAMENTO:

Pino è entusiasta e non vede l'ora di dire a Gino una bellissima cosa che gli è accaduta.

Pino incontra Gino e lo vede mogio, giù di tono.

Pino cerca di capire cosa abbia l'amico e rinuncia, al momento, di dire la bellissima cosa accadutagli.



ESEMPIO DI COMUNICAZIONE CHE INFLUENZA IL COMPORTAMENTO:

Pino è entusiasta e non vede l'ora di dire a Gino una bellissima cosa che gli è accaduta.

Pino incontra Gino, si salutano amichevolmente.

Pino racconta a Gino la bellissima cosa accadutagli.



QUINDI:

anche i comportamenti internalizzati e i comportamenti esternalizzati, come tutti i comportamenti, sono comunicazione: un messaggio che la persona non può o non sa comunicare in altro modo.



-
- **tutti i comportamenti hanno valore di messaggio**
 - **non esiste un «non-comportamento»**
 - **attività e inattività, parole e silenzio hanno TUTTI valore di messaggio e influenzano gli altri**

(tratto da: «Pragmatica della comunicazione umana», P. Watzlawick, J.H. Beavin, D.D. Jackson)



ESEMPIO DI «NON COMUNICAZIONE»:

Il genitore chiede al figlio cosa sia accaduto. Il figlio non risponde.

«quando sta in silenzio e non parla mi fa venire il nervoso!».

Il figlio con il suo silenzio, ha influenzato il comportamento interno del genitore.



ESEMPIO DI «NON COMUNICAZIONE»:

- Due persone in ascensore guardano fisso nel vuoto.
- L'alunno che sta per conto suo durante l'intervallo.

Comunicano
l'intenzione di
non interagire.

Comunica l'intenzione di non
interagire o la difficoltà di
comunicare o un disagio non
meglio esprimibile.

Ogni comunicazione è composta da 2 aspetti:

- **contenuto: ossia il significato dell'informazione**
- **relazione: ossia il modo in cui viene comunicato → quindi percepito → determina la retroazione**

(tratto da: «Pragmatica della comunicazione umana», P. Watzlawick, J.H. Beavin, D.D. Jackson)



ESEMPIO DI CONTENUTO e RELAZIONE:

**Vi prego di fare silenzio per consentire il
proseguimento della lezione**

Vs

Fate silenzio e seguite la lezione



Più una relazione è autentica, positiva e più l'aspetto relazione (il modo) della comunicazione rimane sullo sfondo.

Più la relazione è faticosa e più è caratterizzata da conflitti → il contenuto diventa meno importante.

Rimarrà in mente il contenuto

Rimarrà in mente il modo, ossia la qualità della relazione → influenzerà le interazioni successive

ESEMPIO:

Edo, 13 anni, ha scarsissimi risultati in matematica e fatica a gestire gli insuccessi.

Edo: «non ho voglia di studiare matematica perché la prof mi ha preso di mira, ce l'ha con me, è inutile che mi impegno». Edo rinuncia/evita (comportamento internalizzato).

Prof: «è preferibile che Edo cambi scuola, non è portato per la matematica, non si impegna abbastanza».

**CI STIAMO FACENDO UN'IDEA
DELL'ORIGINE, DEL SIGNIFICATO E
DELLO SCOPO DEI COMPORTAMENTI**



COMPORAMENTI ESTERNALIZZATI E INTERNALIZZATI: COSA SI INTENDE



INNANZI TUTTO...



**ENTRAMBI I TIPI DI COMPORTAMENTO
ESPRIMONO LO STATO EMOTIVO DEL
MOMENTO.**

**SI TRATTA DI OPPOSTE STRATEGIE DI
«GESTIONE»:**

- della frustrazione derivante, per esempio, da imprevisti, sensazioni di inadeguatezza, ecc.
- delle fatiche nell'autoregolazione emotiva e comportamentale



COME MAI UNA PERSONA TENDE A SVILUPPARE STRATEGIE DI FRONTEGGIAMENTO FUNZIONALI O NON FUNZIONALI (comportamento internalizzato o esternalizzato)?

COSA SI INTENDE PER «FUNZIONALI» E «NON FUNZIONALI»?



COMPORTAMENTO INTENALIZZATO:

Azioni e reazioni mantenute «dentro» e non esplicitate né verbalmente né con comportamento manifesto.

Il termine “internalizzato” indica proprio che i problemi in questione e le reazioni sono sviluppati e mantenuti all'interno.



PUÒ COMPORTARE:

controllo e bassa autostima

problematiche scolastiche e
sociali/relazionali

ansia

tendenza al ritiro sociale

somatizzazioni (es.: ricorrenti mal di
testa, male di pancia, ecc.)



COMPORTAMENTO ESTERNALIZZATO:

Azioni e reazioni esplicitate, rese manifeste.

Occorre comprendere tali comportamenti andando al di là della manifestazione...**NON SEMPRE SEMPLICE!**

...per cogliere il malessere che sta all'origine.



PUÒ COMPORTARE:

difficoltà nell'autoregolazione (=abilità di modulare coscientemente la reattività emotiva)

aggressività fisica e/o verbale

oppositività a genitori, insegnanti, ecc.

trasgressione delle norme

talvolta, tendenza all'abbandono scolastico



**UNA STESSA PERSONA PUÒ METTERE
IN ATTO SIA COMPORTAMENTI
INTERNALIZZATI CHE
ESTERNALIZZATI**



COMPORAMENTI

ESTERNALIZZATI

TUTTI
«COMPORAMENTI e
MANIFESTAZIONI» CHE
MERITANO ATTENZIONE

modalità di
ioni problema,
bassa autostima,
stano accompagnate da
basso valore percepito di sé.

Possono accompagnarsi sia a ridotto che
buon rendimento scolastico.

Possono essere caratterizzati da ridotte
o ristrette relazioni sociali.



FATICHE NELL'APPRENDIMENTO POSSONO RAPPRESENTARE:

- sia una causa del comportamento internalizzato/esternalizzato
- sia un effetto del comportamento internalizzato/esternalizzato



In entrambi i casi, i bambini/ragazzi hanno bisogno di essere aiutati e guidati nello sviluppo di strategie più funzionali.

Importante per insegnanti, genitori, allenatori, ecc. saper leggere e comprendere, dare senso, ai comportamenti interiorizzati e esteriorizzati.



NO: cercare di evitare le frustrazioni!

**SÌ: strumentare per comprendere i propri
bisogni, emozioni e VERBALIZZARE ciò
che il bambino/ragazzo sente,
desidera, ecc.**



ESEMPIO: Lino, 14 anni, fatica molto nella gestione della frustrazione: pizzata di classi prime scuola superiore, ci saranno genitori e insegnanti, e pochissimi ragazzi.

Lino non vuole andare e si arrabbia a parole e a fatti! Purtroppo Lino dovrà andare.

In un momento in cui il pensiero è disponibile...

- **«come e cosa ti immagini per la serata?»»**
- **«proviamo a trovare un piano B»»**

ESEMPIO:

Rina, 8 anni, talvolta litiga con una compagna a cui tiene molto.

Ha provato a chiedere aiuto alle maestre, ma quando le maestre intervengono, la compagna piange.

«non chiedo più aiuto perché altrimenti mi sento colpevole per far piangere la compagna. Adesso cerco di non litigare con la compagna così tutto va bene!»



ESEMPIO:

Matteo, 7 anni, fatica a gestire la frustrazione dell'attesa, le attenzioni rivolte ai compagni, l'errore...

A scuola Matteo esprime la sua frustrazione: lanciando gli zaini, strisciando per terra, urlando, spingendo in un angolo banchi e sedie.

Si è lavorato PRIMA a livello di sintonizzazione e relazione individuale e POI a livello di classe.

ESEMPIO:

In una classe, dopo l'intervallo c'era grande aggressività e irrequietezza. Cosa si è pensato di fare?

- **verificare la consapevolezza degli alunni**
- **coinvolgere gli alunni nella ricerca di una soluzione**
- **mettere in atto le proposte**
- **chiedere agli alunni un feedback**



COMPORAMENTI ESTERNALIZZATI E INTERNALIZZATI e APPRENDIMENTO



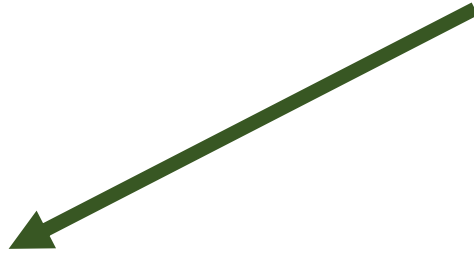
COMPORAMENTI INTERNALIZZATI E ESTERNALIZZATI

hanno ricadute su apprendimento e
successo scolastico.

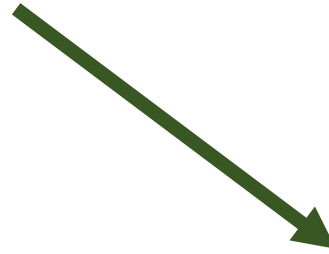
vengono meno le condizioni funzionali e
necessarie per un apprendimento efficace
e continuativo.



La creazione di legami positivi sta alla base di qualsiasi apprendimento: non si impara se non c'è un coinvolgimento emotivo positivo.



**SISTEMA
MOTIVAZIONALE
DELL'ATTACCAMENTO.**



**SISTEMA
MOTIVAZIONALE
DELL'ESPLORAZIONE.**



STRATEGIE DENTRO E FUORI LA CLASSE



OBIETTIVO DELLE STRATEGIE

- **Sostenere lo sviluppo della mentalizzazione**
- **Integrare/sostituire il comportamento externalizzato (reattivo) con la verbalizzazione**
- **Esprimere le emozioni in modo funzionale a se stesso e al contesto**

Cosa si intende?

Cosa si intende?



STRATEGIE

OSSERVARE: momenti strutturati e destrutturati

ASCOLTARE: tempo per l'ascolto

GRATIFICARE → SISTEMA RICOMPENSA

DIALOGARE INTORNO AGLI STATI MENTALI PROPRI E DEGLI ALUNNI



...STRATEGIE...

PROCESSO DI CONSAPEVOLEZZA

**OGNI ALUNNO È SPETTATORE DELLE
RELAZIONI ALTRUI:**

**ESEMPIO: ragazzino molto competente.
Spesso gratificato dagli insegnanti, preso
d'esempio. Cosa ne segue?**

- lui svalutava gli interventi dei compagni
- i compagni lo evitavano

Tramite il circle time hanno avviato un processo di consapevolezza emotiva (mentalizzazione) → maggiore competenza di ascoltare, di valorizzare il lavoro/pensiero dei compagni, cooperazione consapevole.



...STRATEGIE...

INTERVENIRE A LIVELLO DI CLASSE: la classe come risorsa uno verso gli altri

CIRCLE TIME

EDUCAZIONE ALLE EMOZIONI: tutto il giorno tutti i giorni

L'ADULTO: NON REAGIRE I PROPRI STATI MENTALI



...STRATEGIE...

SUPERVISIONE

L'ADULTO COME MODELLO

FATTORE «TEMPO»: condizioni percepiti sfavorevoli possono esitare in comportamenti che esprimono il disagio/bisogno.

Se mi sento tirato o spinto vivrò tensione...



ESEMPIO:

Antonio, 13 anni, gioca con elastico mentre la prof spiega.

L'elastico è un oggetto che si allunga e si accorcia. La prof.

Nota:

intenzi

CONSAPEVOLEZZA
MENTALIZZARE
CONTESTUALIZZARE.

La prof sa che Antonio ha bisogno di manipolare oggetti per scaricare la tensione.

Cosa potrebbe essere utile fare?





SPAZIO ALLE DOMANDE



AID - Sezione di Bergamo
Bergamo v. Leone XIII 27
Help-line 335 1544157
bergamo@aiditalia.org
bergamo.aiditalia.org