

Mark T. Greenberg  
Carol A. Kusché

# EMOZIONI PER L'USO

Una proposta per educare i bambini



edizioni la meridiana  
*p a r t e n z e*

# Indice

Introduzione all'edizione italiana  
*di Davide Antognazza* ..... 7

## Parte Prima COS'È PATHS

Strategie per promuovere  
un pensiero alternativo ..... 13  
Come si svolge il programma ..... 15  
Breve descrizione dell'intervento ..... 25

## Parte Seconda CARATTERISTICHE E ATTUAZIONE DEL PROGRAMMA

PATHS in pratica ..... 31  
Caratteristiche del programma ..... 35  
Pianificazione e realizzazione ..... 45  
Valutazione ..... 51

## Parte Terza REVISIONI DEL PROGRAMMA E NUOVE SPERIMENTAZIONI

Revisioni del programma ..... 61  
Nuove sperimentazioni ..... 65  
Benefici e limiti ..... 71  
Indicazioni per il futuro ..... 79

## APPENDICI

Appendice A ..... 83  
Appendice B ..... 89  
Appendice C ..... 92

Bibliografia ..... 95

*PARTE* | *Cos'è PATHS*  
*PRIMA*



# Strategie per promuovere un pensiero alternativo

## In cosa consiste il programma

Il programma denominato *Promoting Alternative Thinking Strategies* “Strategie per promuovere un pensiero alternativo” (PATHS in seguito), è un intervento integrato che mira a promuovere nei bambini in età scolare le competenze emotive e sociali e a ridurre i problemi di aggressività e di comportamento, potenziando al tempo stesso i processi educativi in aula. Tale programma educativo di prevenzione universale pluriennale è stato messo a punto per essere utilizzato da educatori e psicologi. Sebbene essenzialmente strutturato come percorso scolastico, il programma prevede informazioni e attività che possono essere utili anche ai genitori.

## Obiettivi del programma

Il programma PATHS è pensato per l'utilizzo in ambito scolastico con i bambini della scuola dell'infanzia ed elementare. È stato verificato sul campo e sperimentato sia su bambini frequentanti un regolare percorso di studi, sia in alunni con esigenze speciali (sordi e ipoacusici, con difficoltà di apprendimento, emotivamente disturbati, con ritardo mentale lieve e iperdotati). In teoria, il suo avvio dovrebbe coincidere

con quello della scolarizzazione e proseguire fino all'ultimo anno della scuola primaria.

## *I contenuti del programma*

Il programma PATHS, che si consiglia di proporre tre volte alla settimana per almeno 20 o 30 minuti alla volta, fornisce agli insegnanti lezioni, materiali e istruzioni ispirati ad un approccio evolutivo, che mirano a promuovere negli allievi l'alfabetizzazione emotiva, l'autocontrollo, la competenza sociale, a fare in modo che riescano a stabilire relazioni positive con i loro pari e ad acquisire capacità di problem solving interpersonale. Uno degli obiettivi fondamentali nel promuovere tali abilità evolutive è la prevenzione o la riduzione dei problemi comportamentali ed emotivi. Le lezioni di PATHS comprendono istruzioni per identificare e definire ed esprimere le emozioni, stabilirne l'intensità, gestirle, comprendere la differenza fra emozioni e comportamenti, rimandare la gratificazione, controllare gli impulsi, ridurre lo stress, stimolare il dialogo interiore, leggere e interpretare le situazioni sociali, comprendere il punto di vista altrui, utilizzare strategie decisionali e di problem solving, avere un atteggiamento positivo nei confronti della vita, acquisire coscienza di sé e, inoltre, abilità comunicative non verbali e verbali<sup>1</sup>. La formazione agli insegnanti è garantita attraverso seminari della durata di due o tre giorni e incontri bisettimanali con i consulenti del programma.

## *I risultati del programma*

È stato dimostrato che il programma PATHS incrementa i fattori protettivi e riduce i fattori di rischio comportamentali. In sede di valutazione sono stati messi in evidenza miglioramenti significativi per i bambini che hanno ade-

---

1. Goleman, 1995.

rito al programma (sia frequentanti un regolare corso di studi, sia inseriti in classi speciali e/o affetti da sordità) rispetto ai soggetti del gruppo di controllo nelle seguenti aree:

- maggiore autocontrollo;
- maggiore comprensione e riconoscimento delle emozioni;
- maggiore capacità di tollerare la frustrazione;
- uso di più efficaci strategie di risoluzione dei conflitti;
- maggiori capacità di mediazione e di pianificazione;
- meno sintomi di ansia/depressione (secondo quanto riferito dagli insegnanti di sostegno);
- meno problemi di condotta (secondo quanto riferito dagli insegnanti di sostegno);
- meno sintomi di tristezza e di depressione (secondo quanto riferito dai bambini con bisogni speciali);
- minor numero di problemi di condotta, compresi episodi di aggressività (secondo quanto riferito dai bambini).

# Breve descrizione dell'intervento

Il programma PATHS è costituito da un manuale di istruzioni, sei volumi di lezioni, immagini, fotografie, poster, carte delle emozioni e materiale aggiuntivo. PATHS è suddiviso in tre aree principali: 1) prontezza e autocontrollo, 12 lezioni dedicate all'abilità di agire (o reagire) prontamente e allo sviluppo della capacità di autocontrollo; 2) sentimenti e relazioni, 56 lezioni dedicate all'insegnamento della consapevolezza emotiva e della comprensione interpersonale (cioè l'intelligenza emotiva); 3) problem solving cognitivo interpersonale, 33 lezioni che descrivono undici passaggi atti a favorire il problem solving interpersonale.

Altre due aree a cui viene riservata attenzione in PATHS riguardano la costruzione di un'autoestima positiva e il miglioramento della comunicazione/relazione tra pari. Invece di avere unità distinte su questi ultimi due argomenti, si è preferito inserire alcune lezioni in ciascuna delle tre unità principali. È inoltre presente un'Unità Supplementare contenente 30 lezioni che riesaminano e ampliano i concetti di PATHS trattati nelle tre aree principali. Le varie unità di PATHS coprono, dunque, cinque sfere concettuali:

- l'autocontrollo;
- la consapevolezza emotiva;
- l'autostima positiva;
- le relazioni;
- le abilità di problem solving interpersonale.

Ciascuna di queste sfere ha diversi sotto-obiettivi, secondo il particolare livello di sviluppo e i particolari bisogni dei bambini che formano i gruppi oggetto dell'intervento.

PATHS è un programma flessibile e ampliabile che consente lo svolgimento delle 131 lezioni nell'arco di un periodo di 5 anni. Va tuttavia puntualizzato che non necessariamente ciascuna lezione equivale ad un'unica sessione: in realtà, in base alle esigenze particolari di ciascuna classe, una lezione di PATHS può occupare da una a cinque o anche più sessioni. Per ciascuna lezione vengono fornite immagini e fotografie.

Allo scopo di favorire la generalizzazione dei contenuti e la ripresa degli stessi anche al di fuori dall'ambito scolastico, durante le lezioni vengono forniti periodicamente esempi di comunicazioni da inviare alle famiglie e informazioni per i genitori, che possono essere utilizzate a discrezione dell'insegnante. Sempre con l'intento di coinvolgere i genitori, vi sono inoltre delle "attività da svolgere a casa" (in versioni diverse in base all'età degli allievi) che i bambini possono sperimentare in famiglia (per esempio, chiedere alla mamma o al papà o ad un altro adulto in quale occasione si sono sentiti orgogliosi – vedere Appendici A e B).

## Conferme dell'efficacia del programma

Gli autori del presente testo hanno condotto tre studi con gruppi di controllo randomizzati contrapposti a gruppi sperimentali (utilizzando dati raccolti prima e dopo un anno di intervento e dei *follow-up*). In questi studi sono stati coinvolti tre diversi tipi di campione quali soggetti non udenti/ipoacusici, soggetti normodotati frequentanti classi regolari e, infine, soggetti inseriti in percorsi di sostegno educativo.

## *Incremento dei fattori protettivi*

*In tutti e tre* gli studi clinici, l'impiego del programma PATHS ha notevolmente incrementato nei bambini che vi hanno partecipato (messi a confronto con quelli del gruppo di controllo) la capacità di:

- riconoscere e comprendere le emozioni;
- comprendere i problemi sociali;
- sviluppare soluzioni alternative efficaci;
- ridurre la percentuale di soluzioni aggressive/violente.

*Per tutti e tre* i gruppi di bambini, gli insegnanti riportano miglioramenti significativi nelle seguenti aree:

- autocontrollo;
- consapevolezza emotiva;
- capacità di tollerare la frustrazione;
- uso di strategie efficaci nella risoluzione dei conflitti.

I test cognitivi indicano che PATHS determina miglioramenti nelle seguenti abilità:

- abilità di programmazione per la risoluzione di compiti complessi in bambini normali e con bisogni speciali (disegno con cubi e analogie del Test di Abilità Cognitive della WISC-R, ossia la Scala di Intelligenza Wechsler per bambini, riveduta; test non somministrati ai soggetti non udenti/ipoacusici);
- flessibilità cognitiva e bassa impulsività nei compiti non verbali (codifica della WISC-R);
- incremento della capacità di lettura nei bambini piccoli non udenti.

## *Diminuzione del disadattamento*

Ad un anno dall'intervento gli insegnanti riferiscono di aver notato un decremento nelle difficoltà comportamentali consistente in:

- riduzione dei sintomi di interiorizzazione (tristezza, ansia e introversione) nelle classi composte da bambini con bisogni speciali;
- riduzione dei sintomi di esteriorizzazione (comportamenti aggressivi e di disturbo) nelle classi che attuavano una programmazione differenziata.

Ad un anno dall'intervento, gli allievi (nelle classi regolari e in quelle con bisogni speciali) riferiscono di aver riscontrato una modifica di problemi comportamentali quali:

- riduzione dei sintomi di tristezza e depressione (test del Child Depression Inventory);
- minor numero di problemi di condotta.

## Risultati del “National Fast Track Demonstration Program”

Il programma PATHS/Fast Track (una versione aggiornata di PATHS che mantiene gli elementi fondamentali del programma originale) è la componente centrale dell'intervento preventivo denominato Fast Track. Si tratta di un programma di intervento integrato i cui obiettivi includono la prevenzione dell'aggressività e della delinquenza e la promozione della competenza sociale e scolastica. Il programma Fast Track segue un approccio longitudinale ed è condotto in quattro differenti aree degli Stati Uniti (Seattle, Nashville, Durham e zone rurali della Pennsylvania). I risultati al termine del primo anno di scuola elementare (dopo un



anno di implementazione) indicano che nelle scuole in cui si opera con PATHS vi è un più alto livello di adattamento sociale (rispetto alle scuole che fungono da gruppo di controllo) evidenziato da dati positivi circa le seguenti dimensioni:

livelli più bassi di aggressività tra pari (risultato riscontrato dalla valutazione degli stessi allievi tramite indagine sociometrica);

diminuzione dei comportamenti indisciplinati (secondo quanto riferito dagli insegnanti);

miglioramento del clima di classe (secondo la valutazione di osservatori esterni).

## Conclusioni

È stato dimostrato che PATHS supporta i fattori protettivi e riduce il rischio di comportamenti inadeguati in un'ampia tipologia di bambini di scuola primaria. Inoltre tali risultati sono stati confermati incrociando le valutazioni degli insegnanti, le autovalutazioni, i test e i questionari somministrati ai bambini e, infine, le valutazioni autonome degli osservatori esterni.

# PATHS in pratica

## Finalità e obiettivi misurabili

La finalità complessiva del Programma PATHS è la riduzione dei comportamenti aggressivi e problematici tramite la promozione delle competenze sociali ed emotive nei bambini di scuola primaria. Più comunemente nota come intelligenza emotiva, tra i fattori protettivi specifici che costituiscono l'obiettivo dell'intervento vi sono l'autocontrollo, la consapevolezza emotiva, una positiva autostima, rapporti adattivi con i pari e abilità di problem solving interpersonale. Tali abilità, a loro volta, forniscono ai bambini gli strumenti necessari affinché essi siano in condizione di agire con maggior efficacia nella sfera interpersonale (per esempio, con i pari a scuola, in famiglia, nel contesto comunitario, ecc.) e di migliorare il profitto durante gli anni della scuola elementare. Altra importante finalità di PATHS è migliorare il clima di classe (comprendendo anche i rapporti fra allievi e insegnanti) in modo da facilitare l'apprendimento e l'interiorizzazione dei valori pro sociali.

Per meglio chiarire, tra gli obiettivi specifici di PATHS vi sono:

- *Autocontrollo*  
aumento dell'autocontrollo, ossia della capacità di calmarsi e fermarsi a riflettere prima di intraprendere un'azione, in modo particolare quando si è turbati.
- *Consapevolezza emotiva, capacità di comprensione e regolazione*  
sviluppo della capacità di comprendere e

utilizzare un vocabolario adeguato per l'espressione di emozioni e stati d'animo;

aumento della capacità di riconoscere e interpretare sentimenti e punti di vista propri e altrui;

promozione di empatia, considerazione e rispetto per gli altri;

sviluppo della capacità di riconoscere e capire in che modo il proprio comportamento ha influenza sugli altri.

- *Problem solving sociale e relazioni tra pari*  
aumento della conoscenza e della capacità di applicare le fasi del problem solving sociale, allo scopo di prevenire e/o risolvere i problemi e i conflitti nei rapporti interpersonali;  
promozione delle abilità di problem solving creativo e di pensiero critico in ambito scolastico.
- *Clima di classe, promozione di valori positivi e buone relazioni*  
miglioramento del clima di classe per migliorare i risultati scolastici, relazioni equilibrate tra pari e un atteggiamento positivo nei confronti della scuola;  
sviluppo di un atteggiamento positivo e responsabile verso la scuola, la comunità e verso se stessi.

Si ritiene che tali obiettivi specifici siano tra i fattori chiave in grado di indirizzare l'intervento verso i risultati ricercati a breve e lungo termine ossia: 1) diminuzione della sintomatologia comportamentale ed emotiva (comportamento aggressivo o sintomi di depressione/ansia), 2) crescita sotto il profilo prosociale ed emozionale, 3) stabilirsi di relazioni positive tra pari e infine 4) conseguimento di un atteggiamento positivo nei confronti della scuola.

## Fattori di rischio e fattori protettivi oggetto dell'intervento

Vi sono una serie di rischi e fattori protettivi, riferibili in modo specifico al bambino, che PATHS tiene particolarmente in considerazione e che dovrebbero facilitare la prevenzione di futuri atteggiamenti devianti, violenza e dipendenze. Questi si possono riassumere come di seguito:

1. È ben noto che l'impulsività (cioè lo scarso autocontrollo) è connessa all'aggressività, all'assunzione di rischi e allo scarso rendimento scolastico, tutti reali fattori di rischio che possono essere precursori di futuri comportamenti devianti.
2. Riconoscere, definire e ripensare i propri stati d'animo rende meno probabile la trasformazione delle emozioni in reazioni orientate all'azione (vi sarà cioè maggior controllo a livello corticale rispetto a quello esercitato dal sistema limbico sulle reazioni nei confronti delle emozioni forti). Per esempio, i bambini e gli adulti con significativi problemi di condotta, dimostrano minore capacità di espressione delle proprie emozioni e di comprensione di quelle altrui. Per di più, la consapevolezza affettiva dovrebbe accrescere il profitto scolastico, uno dei fattori protettivi in precedenza menzionati. Come sottolineato da Goleman (1995): "... l'intelletto non può lavorare al meglio senza l'ausilio dell'intelligenza emotiva."<sup>10</sup>
3. L'empatia, il rispetto per il prossimo e la capacità di comprendere in che modo il proprio comportamento influenzi quello degli altri sono fattori importanti nell'auto-inibizione del comportamento antisociale. È stato dimostrato, ad esempio, che il tasso di recidività criminale si riduce in modo significativo

quando agli adolescenti "difficili" si insegna a sostenere il ruolo e ad assumere la prospettiva delle loro vittime. Inoltre tali abilità interpersonali facilitano la capacità di stabilire relazioni positive e adattive con gli altri, fattori che, a loro volta, fanno sì che gli individui avvertano un maggior senso di appartenenza ai gruppi prosociali.

4. Avendo acquisito le abilità di problem solving adattivo e la pratica nel farne uso, è più probabile che bambini e adolescenti vi facciano ricorso quando sono turbati, messi sotto pressione dai pari e così via, piuttosto che lasciarsi andare ad azioni impulsive (come, ad esempio, assumere alcool o sostanze stupefacenti per "curare" i sentimenti forti o per debolezza a resistere alle richieste di amici). Il saper affrontare situazioni problematiche (*coping*) e la positività nelle relazioni con i pari si sono dimostrate entrambe in grado di agire come fattori protettivi per i bambini coinvolti in situazioni di stress. Analogamente, le ricerche suggeriscono che lo sviluppo di tecniche e strategie più complesse nella gestione delle emozioni ha una grossa influenza sul comportamento sociale del bambino.
5. Si ritiene che gli aspetti "ecologici" considerati in PATHS assolvano a molteplici scopi protettivi. In primo luogo, attraverso precise istruzioni e tramite l'acquisizione della consapevolezza emotiva da parte degli insegnanti e di altre figure del mondo della scuola, PATHS punta a modificare in senso positivo la qualità dei rapporti fra personale scolastico e allievi. Tale cambiamento nella qualità dei rapporti è inteso a migliorare l'atmosfera in classe e a scuola, ad accrescere l'attaccamento positivo del bambino verso la scuola e i docenti e a diminuirne l'aggressività in ambito scolastico. In secondo luogo, servendosi di PATHS, gli insegnanti acquisiscono maggior consapevolezza circa i fattori dinamici che influenzano il comportamento, come pure circa i bisogni emotivi specifici

10. *Ivi*, p. 28.

dei propri allievi “particolari”, riuscendo dunque ad essere più empatici e più capaci di intervenire in maniera efficace. In terzo luogo, i bambini acquistano una maggiore capacità di comprendere gli insegnanti, di rispettarne i sentimenti e di identificarsi con i valori prosociali dei propri docenti. Infine, quando i bambini sono ascoltati con rispetto da insegnanti e pari, si sentono stimati, apprezzati e parte di un gruppo, elementi che, a loro volta, danno loro la motivazione a valorizzarsi, provare interesse e nutrire sentimenti prosociali nei confronti del gruppo a cui appartengono.

## Popolazione target

Il programma PATHS è destinato ad una popolazione molto giovane – tutti i bambini di scuola dell’infanzia e di scuola primaria. L’obiettivo centrale di PATHS è far sì che i bambini crescano capaci, competenti ed equilibrati e acquisiscano basi solide e sane prima dell’adolescenza.

La prima versione di PATHS fu elaborata nei primi anni ’80 allo scopo di offrire agli insegnanti che lavoravano con bambini ipoacusici gli strumenti necessari per fornire ai loro allievi l’istruzione di base; questi bambini erano, in generale, carenti dal punto di vista della comprensione socio-emotiva a causa dei problemi di linguaggio e della mancanza di comunicazione, perlopiù in famiglia (infatti la maggior parte dei genitori di bambini non udenti è in grado di sentire e ha poca dimestichezza con il linguaggio dei segni, mentre la gran parte dei bambini non udenti ha difficoltà nel leggere il labiale). Quando iniziammo a lavorare nell’ambito della scuola, fummo piuttosto sorpresi dell’entusiasmo dimostrato da insegnanti e direttori didattici impegnati con altri gruppi di bambini, compresi quelli che seguivano un corso normale e quelli appartenenti a gruppi con una

serie di bisogni speciali. Molto spesso ci veniva chiesto: “Cosa vi fa pensare che ne abbiano bisogno soltanto i bambini non udenti?”.

Pertanto, sebbene il programma sia stato originariamente elaborato per l’impiego con bambini non udenti, nei successivi sedici anni l’opera dei curatori è consistita nella valutazione e sperimentazione sul campo di versioni aggiornate di PATHS rivolte ad una vasta gamma di soggetti, compresi gli allievi normodotati e quelli con bisogni specifici. In base alle diverse fasce di età e alle varie tipologie di soggetti si dà risalto a sotto-obiettivi e abilità differenziate. Il *Manuale di istruzioni* presenta capitoli distinti in cui vengono fornite indicazioni su come avviare il programma con gruppi diversi e come adattare il programma a contesti particolari.

PATHS si è dimostrato valido sia nell’ambito dell’istruzione normale che di quella speciale, con bambini di entrambi i sessi. Considerando soggetti con difficoltà specifiche, PATHS è stato utilizzato efficacemente con varie tipologie, compresi i bambini con problemi di apprendimento, con ritardo mentale lieve, non udenti o ipoacusici e con disturbi emotivi e comportamentali gravi. Ciò è importante, in quanto è noto che i bambini con questo tipo di problemi mostrano ritardi nella sfera socio-emotiva e sono a maggior rischio di insorgenza di disturbi psicologici durante lo sviluppo. PATHS è stato inoltre utilizzato con successo anche nel caso di allievi con profitto al di sopra della norma. I risultati positivi ottenuti dagli allievi normali e con i non udenti sono stati verificati a più riprese.

PATHS è stato applicato con successo sia con tutte le classi di una scuola elementare (dalla prima alla quinta) sia con classi singole, come pure con classi di bambini con bisogni speciali dalla scuola materna fino al termine della scuola elementare. Inoltre PATHS ha ricevuto ottima accoglienza sia nel settore scolastico pubblico che in quello privato, da soggetti di ogni status socioeconomico e da allievi provenienti da un’ampia varietà di contesti etnici, culturali e

familiari. Crescere nel mondo di oggi è difficile per chiunque e non sono più sufficienti i vantaggi offerti da favorevoli condizioni economiche, razziali, culturali o familiari.

PATHS è stato utilizzato efficacemente con varie popolazioni, compresi i bambini normodotati dalla scuola materna all'ultimo anno di scuola elementare, i bambini con bisogni speciali e gli allievi con risultati scolastici superiori alla media, provenienti da un'ampia gamma di contesti etnici, culturali, socioeconomici e familiari. PATHS è stato utilizzato con soggetti particolari quali non udenti e ipoacusici, con problemi specifici di apprendimento, con ritardo linguistico, con problemi comportamentali ed emotivi e con ritardo mentale lieve.

I risultati hanno indicato l'efficacia di PATHS sia come programma di prevenzione che di intervento. Tale doppia funzione risulta particolarmente utile agli educatori, in quanto le classi comprendono generalmente gruppi composti da bambini bisognosi di qualche tipo di intervento e da bambini non "a rischio", i quali possono tuttavia beneficiare dei programmi di prevenzione miranti ad indurre un atteggiamento equilibrato.

Sebbene PATHS sia stato sviluppato allo scopo di essere impiegato con bambini di scuola materna e primaria, esso è stato inoltre adattato con successo per i bambini in età prescolare<sup>11</sup>. PATHS è stato anche utilizzato, ma non fatto oggetto di ricerca, con bambini di scuola elementare in situazioni al di fuori dell'orario scolastico.

Obiettivo principale di PATHS è l'insegnamento della competenza sociale ed emotiva ai bambini, ma esso prevede anche informazioni e attività che gli insegnanti possono inviare a casa ai genitori affinché questi migliorino le loro

conoscenze riguardanti lo sviluppo del bambino, e perché possano essere stimolate e rinforzate le competenze collegate a PATHS che i bambini imparano a scuola (si favorisce così il processo di generalizzazione e trasferimento dell'apprendimento di cui si è parlato in precedenza). Anche se i genitori non sono considerati popolazione target di PATHS, è certamente possibile proporre contestualmente una serie di incontri o un programma aggiuntivo a loro specificamente indirizzato.

---

11. Occorre qui specificare i gradi di istruzione scolastica statunitense. Pre-K (*pre Kindergarten*) per bambini di 3-4 anni. *Kindergarten* per bambini di 5 anni. Scuola elementare dai 6 agli 11 anni (*grade 1 to 5*). In questo caso l'adattamento effettuato con bambini in età prescolare ha dunque riguardato soggetti di 3 e 4 anni.

# Revisioni del programma

## Cambiamenti apportati a PATHS in base ai risultati e alla sperimentazione

In base a quanto rilevato dalle precedenti implementazioni e valutazioni, come pure dal feedback di vari insegnanti e consulenti in loco, si sono apportate modifiche significative al Programma PATHS prima che esso venisse pubblicato. Le modifiche apportate sono state sia di carattere generale che specifico.

### *Modifiche generali a PATHS: implementazione di un modello pluriennale*

Sebbene le valutazioni condotte fino ad ora su PATHS abbiano comportato implementazioni di un solo anno, il programma venne originariamente elaborato come progetto pluriennale. Pertanto le valutazioni circa l'efficacia del modello non si traducono direttamente in modifiche concrete. La nostra esperienza e le ricerche condotte su altri modelli per la scuola suggeriscono che un anno di intervento è insufficiente per dimostrare il raggiungimento a lungo termine dei maggiori effetti significativi. Inoltre, i responsabili del programma, i dirigenti scolastici e gli insegnanti sono tutti concordi nel riconoscere la necessità di metodi di insegnamento che considerino l'apprendimento da un punto di vista evolutivo e siano capaci di

stimolarlo. Impiegare un modello di competenza sociale come PATHS per un anno sarebbe come insegnare la lettura per un solo anno; di certo potrebbero esserci dei cambiamenti, ma non sarebbe logico aspettarsi miglioramenti continui senza aver fornito istruzioni supplementari di anno in anno a bambini sempre più maturi dal punto di vista cognitivo. Va perciò ribadito che, come sottolineato anche dagli esperti nel campo<sup>23</sup>, PATHS è soprattutto un programma pluriennale.

### *Modifiche specifiche a PATHS*

**Attenzione ad una autostima positiva e alle relazioni tra pari.** Nel corso del primo anno di implementazione divenne chiaro che il programma si concentrava eccessivamente sui problemi e non riservava sufficiente attenzione in positivo alle aree dell'autostima e della comunicazione tra pari. Di conseguenza la versione attuale di PATHS contiene un'attività quotidiana da utilizzarsi in ciascuna lezione, dal titolo "Il Bambino del giorno"<sup>24</sup>. Nel giorno in cui tale attività viene introdotta per la prima volta (nel corso di una delle prime lezioni), si discute del concetto del complimentarsi e dei diversi tipi di complimenti da rivolgere. Inoltre, l'insegnante e i bambini discutono di come ci si sente nel ricevere complimenti e si scambiano i ruoli per capire cosa fare quando si riceve un complimento. La procedura del Bambino del giorno diviene tanto più gratificante per gli allievi quanto più essi interiorizzano il processo.

Il Bambino del giorno è una strategia quotidiana il cui obiettivo è quello di determinare autostima, comunicazione e relazioni positive tra i pari.

**Introduzione anticipata del problem solving attivo.** Una seconda difficoltà rilevata nella versione originale di PATHS consisteva nel fatto

23. Elias *et al.*, 1997.

24. Adattato da Urbain, *op. cit.*

che un modello effettivo di problem solving venisse introdotto soltanto nella terza e ultima parte del programma. Sebbene fossimo persuasi che la Tecnica della Tartaruga conducesse naturalmente al dialogo e al problem solving, il programma non concedeva in effetti abbastanza spazio in tal senso ad allievi e insegnanti. Questi ultimi non erano dunque soddisfatti del fatto che la sezione riservata al problem solving fosse introdotta in una fase tanto avanzata del programma.

Per rimediare a tale inconveniente, e per fornire un modello intermedio che contribuisse a migliorare l'autocontrollo, fu inserito il Poster dei Segnali di controllo. Grazie ad alcune lezioni, i bambini vengono avviati alle abilità da impiegare per i diversi segnali del poster, e possono usufruire dunque di un modello semplificato e attivo di problem solving. Agli insegnanti si raccomanda di fare ricorso al poster nel caso di problemi in classe. Ad esempio, è possibile esortare i bambini ad "andare al Semaforo Rosso" come forma di prevenzione dei problemi. Si suggerisce inoltre di creare poster supplementari da sistemare in altri ambienti della scuola (ingresso, sala mensa, palestra, segreteria, ecc.) allo scopo di facilitare la generalizzazione.

**Gestione del conflitto tra pari.** Per focalizzare ancor più il programma sulle relazioni tra pari, sono stati introdotti un certo numero di nuove abilità e nuovi concetti. Innanzitutto, sono state aggiunte parecchie lezioni riguardanti la natura dell'amicizia e il modo per rimediare ai contrasti tra amici. Sono state inoltre create tre nuove lezioni riguardanti questioni relative alle molestie tra pari. Tali lezioni esplorano le varie ragioni per cui le persone si prendono in giro e si infastidiscono a vicenda, gli stati d'animo provati da chi perpetra la molestia e da chi la subisce in determinate situazioni, e i vari modi di affrontare questo tipo di situazioni.

Infine, sono state elaborate alcune lezioni concernenti i concetti dell'essere rifiutato, accet-

tato, integrato, escluso, indulgente e risentito, le quali esplorano questi stati d'animo nel contesto delle dinamiche di gruppo tra pari. Le lezioni possono essere ampliate per includervi argomenti di natura simile relativi a quegli stessi stati d'animo (ad esempio, differenze razziali e culturali, condizione di handicap, ecc.).

**Utilizzo dell'Unità della Prontezza (la Tartaruga).** Dato il feedback positivo degli insegnanti, si raccomanda di prendere in considerazione l'Unità della Prontezza (la Storia della Tartaruga e le relative lezioni) per le prime elementari.

**Nuove lezioni sulle emozioni.** Lezioni di livello più avanzato sono state aggiunte all'Unità dei Sentimenti allo scopo di esplorare la consapevolezza e la gestione delle emozioni. Ad esempio, sono state inserite lezioni per esaminare i segnali verbali e non verbali utili al riconoscimento delle emozioni, il concetto di riservatezza circa i propri sentimenti, e le motivazioni della riservatezza, dando risalto anche ai processi del nascondere o mutare i sentimenti.

**Nuove lezioni sui modi di fare.** Sono state elaborate una serie di lezioni per trattare l'argomento degli atteggiamenti, con particolare attenzione alla considerazione del modo in cui i propri comportamenti incidono sugli altri e viceversa. L'obiettivo principale di queste lezioni non è tanto insegnare delle abilità specifiche quanto piuttosto aiutare i bambini ad interiorizzare l'empatia e i valori pro sociali (cioè, ad avere interesse e considerazione sinceri per i sentimenti altrui). Vengono inoltre esplorati in modo approfondito i diversi significati e usi dell'espressione "mi dispiace" (rimorso, compassione, preoccupazione genuina, accondiscendenza forzata, ecc.).

**Il concetto di lealtà.** Nello svolgimento di PATHS si è constatato come scaturissero regolarmente da parte dei bambini problematiche concernenti convinzioni e giudizi circa la lealtà.

Si è elaborata pertanto una serie di lezioni miranti a esplorare i concetti di lealtà, responsabilità e intenzionalità. Tali lezioni prevedono storie che forniscono ai bambini “dilemmi morali” di complessità crescente tratti dal contesto quotidiano. Dato il livello avanzato di queste lezioni, esse sono inserite nell’Unità Supplementare di PATHS. Tali argomenti costituiscono il punto di partenza di una sequenza sui concetti di giudizio morale e pensiero filosofico.

### **Maggiore attenzione alla generalizzazione.**

Sebbene il programma originale enfatizzasse le procedure di generalizzazione attraverso l’impiego di tecniche quali il Sistema di Rinforzo della Tartaruga, l’uso delle Carte delle emozioni e della Scatola dei Problemi, l’enfasi sulla generalizzazione al di fuori del contesto della classe era relativamente scarsa. La generalizzazione ad altri contesti è stata favorita in diversi modi: innanzitutto, è stato proposto l’uso del Poster dei Segnali di controllo nei vari ambienti scolastici. Per fare ciò, è necessario fornire formazione/aggiornamento ad altri insegnanti e membri del personale della scuola (personale non docente, ausiliari, ecc.) circa le modalità di utilizzo del PSC nella prevenzione dei problemi e nel problem solving. Una seconda strategia di generalizzazione è stata quella di fornire ulteriori informazioni e conoscenze ai genitori.

**Maggiore coinvolgimento dei genitori.** I dati ricavati dalle versioni sperimentali di PATHS suggerivano che la maggior parte dei genitori non leggeva l’opuscolo informativo di 17 pagine spedito a casa all’inizio del programma, né erano presenti all’incontro di formazione per le famiglie di metà anno scolastico. Pertanto, rielaborammo le informazioni per i genitori in 13 mini opuscoli (di appena due pagine) da spedire a casa in momenti importanti dell’anno scolastico. Questi brevi resoconti descrivono quello che i bambini imparano a scuola e suggeriscono ai genitori quello che essi potrebbero fare a casa. Inoltre, vi è stata aggiunta una serie

di “compiti a casa” da svolgere insieme ai genitori (ad esempio, chiedere alla mamma o al papà che tipo di responsabilità avevano in casa all’età attuale dei figli).

### **Incremento del numero di Fasi del Problem-solving.**

La versione originale del programma conteneva soltanto sette fasi di problem solving, che si basava su altri modelli disponibili all’epoca. Procedendo con la nostra prima implementazione, divenne tuttavia chiaro che non erano sufficienti; mancavano aspetti fondamentali, cosa che determinava fraintendimenti e carenze e impediva la realizzazione efficace del problem solving. Furono pertanto aggiunte quattro fasi supplementari con le relative lezioni. Particolare enfasi venne data alle abilità di pianificazione, poiché l’incapacità di pianificare sembra costituire un grosso ostacolo per molti bambini (e il deficit in questa area sembra associato ad un successivo sviluppo non ottimale del lobo frontale).

### **Lezioni di revisione del problem solving e dell’Autocontrollo.**

Sono state elaborate un certo numero di lezioni concernenti il problem solving, l’autocontrollo, incluse nell’Unità Supplementare a scopo di revisione per gli allievi più grandi (quelli in quinta classe o magari in quarta) che abbiano completato l’Unità di Problem solving l’anno precedente.



Ancora sulle emozioni!!! Calma, questo non è un libro come gli altri. Nessuna teoria, ma concretamente una proposta, o meglio un programma per educare all'apprendimento sociale ed emotivo.

Sì, un vero programma di lavoro per imparare a gestire le emozioni distruttive, i tre veleni della mente: rabbia, desiderio e illusione. La proposta contenuta in queste pagine è, infatti, una rielaborazione per gli educatori italiani del programma di prevenzione Promoting Alternative Thinking Strategies (PATHS, cioè "percorsi"), adottato in molteplici scuole dell'infanzia e primarie negli Stati Uniti e in diversi altri Paesi del mondo, per la sua particolare efficacia. Il programma PATHS ha l'obiettivo di migliorare la comprensione e il riconoscimento delle emozioni, incrementare le abilità di pensiero e diminuire i problemi comportamentali, stabilendo e mantenendo relazioni positive. Insomma, prevenire è sempre meglio che curare, ma educare è sempre meglio che prevenire. E, comunque, sia chiaro: servono efficaci tecniche pedagogiche, ma soprattutto la capacità degli educatori di entrare in relazione con i ragazzi. A questo può servire, allora, un testo di "emozioni per l'uso": a offrire strategie efficaci per gli educatori che vogliono migliorare la relazione con se stessi e con gli altri.

**Mark T. Greenberg, Ph.D.**, è fondatore e direttore del "Centro di ricerche sulla prevenzione per la promozione dello sviluppo umano" e professore di psicologia dello sviluppo alla Pennsylvania State University. Fra i pionieri nel campo dell'educazione socio-emotiva, è uno degli esponenti di spicco del CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) e autore di più di 100 tra articoli e capitoli che coniugano i suoi interessi per lo sviluppo del bambino e la prevenzione dei comportamenti aggressivi.

**Carol A. Kusché, Ph.D.**, è professore associato presso l'University of Washington e docente presso la Seattle Psychoanalytic Society e il Northwest Center for Psychoanalysis.

*In copertina disegno di Fabio Magnasciutti*

Euro 13,50 (I.i.)

ISBN 978-88-6153-077-5



9 788861 530775