

Star bene in classe: un programma di intervento cognitivo-comportamentale per migliorare il clima relazionale a scuola

RACHELE BONSIGNORI
Università di Milano Bicocca

LAURA FERLA
Centro per l'Età Evolutiva di Bergamo

GIAN MARCO MARZOCCHI
Università di Milano Bicocca & Centro per l'Età Evolutiva di Bergamo

SOMMARIO

L'articolo presenta un progetto di intervento di natura psico-educativa condotto in una classe terza di una scuola primaria della provincia di Bergamo. Il lavoro esposto si è prefissato l'obiettivo di ridurre alcuni comportamenti problematici degli alunni grazie all'utilizzo della token economy, al fine di ripristinare un clima di classe positivo e porre le basi per una migliore gestione della stessa. Dai dati raccolti è emersa una diminuzione statisticamente significativa dei comportamenti negativi, non solo dalla fase di baseline all'intervento vero e proprio, ma anche da quest'ultimo al follow-up, durato 12 settimane. Sono stati classificati come negativi i seguenti comportamenti: «Non alzare la mano e aspettare il proprio turno», «Fare rumore», «Non stare seduto composto». Quello positivo era: «Alzare la mano e aspettare il proprio turno di parola».

I risultati hanno permesso di ipotizzare come a promuovere la diminuzione delle condotte negative non sia il solo premio tangibile, bensì una ristrutturazione cognitiva, comportamentale e relazionale della classe.

PAROLE CHIAVE

Intervento psico-educativo, token economy, gestione della classe.

Introduzione

Numerosi comportamenti possono essere migliorati attraverso l'utilizzo di tecniche specifiche basate su principi comportamentisti che vanno nella direzione di modificare gli atteggiamenti, i pensieri e le emozioni degli individui. Tali metodologie hanno una dimostrata efficacia nel campo della salute mentale e in quello scolastico. Tra le tecniche più efficaci che vanno in questa direzione è doveroso citare la token economy, il cui fiorente sviluppo può essere fatto risalire all'inizio degli anni Sessanta del secolo scorso, quando Ayllon e Azrin (1968) la applicarono a pazienti psichiatrici.

I risultati ottenuti in questo ambito ne hanno favorito, in seguito, una rapida diffusione in un numero crescente di istituzioni, anche in quella scolastica. Quando gli usuali metodi utilizzati dagli insegnanti non hanno nessun beneficio sui comportamenti problematici di un bambino o di un'intera classe, infatti, la token economy può rappresentare un valido strumento per ottenere dei cambiamenti positivi a livello di condotta (O'Leary e O'Leary, 1972), tramite l'utilizzo di rinforzi simbolici, quali punti, gettoni o figurine, che vengono accumulati per essere scambiati in un secondo momento con attività o premi di vario genere che risultano particolarmente graditi alla classe.

Nel contesto scolastico questo tipo di intervento può essere focalizzato sulla classe, su singoli bambini con un disturbo diagnosticato o su alunni considerati problematici. Negli ultimi anni nel contesto italiano sono state descritte alcune interessanti applicazioni del metodo alle seguenti casistiche di alunni:

- *Disabilità intellettiva*. Con questi bambini, attraverso la definizione di un adeguato progetto educativo, si può lavorare sia su problemi di apprendimento sia su problemi comportamentali (Celi, Fontana, Fracassi et al., 2007).
- *Disturbo da deficit di attenzione e iperattività*. Nella ricerca di Cazzoli et al. (2005), il bambino preso in considerazione, grazie a un intervento applicato all'intera classe, veniva aiutato a controllare il comportamento iperattivo.
- *Disturbo oppositivo provocatorio*. Nella ricerca di Fontana et al. (2009) si è cercato di instaurare una nuova modalità relazionale tra il bambino, gli insegnanti e i compagni.
- *Autismo*. Celi, Fontana, Arena et al. (2007) hanno utilizzato la token economy per incrementare il contatto oculare e la relazione tra un bambino autistico e la sua insegnante di sostegno.
- *Problematiche di apprendimento*. Grazie all'utilizzo dell'apprendimento senza errori e a una token economy applicata all'intera classe, è stato possibile riscontrare nel bambino una diminuzione degli errori ortografici nella scrittura (Celi, Fontana, Rossi et al., 2007).
- *Problematiche comportamentali manifestate in classe da parte di singoli alunni*. Si può impostare un intervento che prevede un lavoro sull'intera classe, evitando di far sentire il bambino «diverso» dai suoi compagni. Allo stesso tempo gli altri

bambini possono avere una funzione di supporto per il bambino problematico (Celi, Fontana, Malagutti et al., 2007).

L'idea di base è che riducendo i comportamenti negativi si possa migliorare il clima di classe, fornendo le linee guida per una buona gestione della stessa. La condizione sine qua non per favorire un clima ottimale per l'apprendimento rimane il rispetto nei confronti dell'alunno, anche nel momento in cui fallisce o agisce in modo inappropriato. In generale occorre rispettare la diversità nelle sue diverse accezioni, di apprendimento, di cultura, di etnia e di religione, per poter affrontare adeguatamente le sfide poste dall'odierna società multiculturale. Ogni allievo deve essere riconosciuto come un soggetto con necessità e bisogni specifici.

Condurre una classe in modo adeguato non vuol dire solamente mantenere la disciplina (D'Alonzo, 2008), ossia ridurre i comportamenti inopportuni: significa anche agire intenzionalmente e in modo costruttivo per creare relazioni positive, emozioni piacevoli e un contesto favorevole alla condivisione di esperienze costruttive.

Anche rispetto al tema delle regole in classe è fondamentale coinvolgere gli alunni nella loro progettazione e nella definizione delle procedure che devono essere adottate per farle rispettare. Questo rappresenta un aspetto centrale in quanto gli alunni necessitano di sapere che cosa i docenti si aspettino da loro, sia per quanto riguarda il comportamento sociale, sia per quanto riguarda quello individuale. È dunque importante coinvolgerli in dialoghi e conversazioni che abbiano come tematica il rispetto, in modo tale da far comprendere loro le motivazioni e le finalità delle decisioni adottate.

Queste tematiche riprendono le considerazioni di Celi e Fontana (2007) relative agli interventi psico-educativi, che devono essere correttamente strutturati, considerare la motivazione degli insegnanti, le loro emozioni e quelle dei loro alunni con un numero esiguo di obiettivi che devono essere chiari e circoscritti. L'insegnante gestisce la classe in modo adeguato quando manifesta la propensione a un ascolto attivo, in modo tale da essere in grado di guardare il mondo dal punto di vista dell'altro, consapevole dei propri pregiudizi al fine di evitare di incorrere nell'errore di interpretare i comportamenti altrui sulla base delle proprie abitudini mentali.

Obiettivi dello studio

Il progetto descritto in questo articolo nasce dalla richiesta rivolta espressamente dal corpo docente di una classe terza di una scuola della provincia di Bergamo agli operatori del Centro per l'Età Evolutiva di Bergamo. Nella loro richiesta veniva evidenziata la difficoltà degli insegnanti a portare a termine la programmazione didattica. In altri termini, la classe necessitava di un valido supporto educativo teso ad attenuare i comportamenti di disturbo degli alunni e a ripristinare un clima sereno,

cercando di comprendere le situazioni di disagio che avrebbero potuto ostacolare l'apprendimento.

Attraverso l'intervento scelto, basato sulla token economy, si voleva controllare il comportamento dei bambini, promuovendo l'aumento delle condotte positive e facendo diminuire quelle negative, grazie all'incentivo rappresentato da un premio finale tangibile deciso dagli stessi alunni. Oltre ad auspicare il decremento dei comportamenti di disturbo, si è voluto indagare quale fosse l'andamento di questi una volta raggiunto il premio: a tal fine sono state effettuate 12 rilevazioni di follow-up.

Partecipanti

Il progetto ha coinvolto una classe terza di una scuola primaria composta da un totale di 20 bambini, di cui 10 maschi e 10 femmine di età compresa tra gli 8 e gli 9 anni. Occorre precisare che questa era la composizione della classe nel momento in cui è iniziata la ricerca, ma che, nel corso dell'anno scolastico, due alunni hanno cambiato scuola. Il progetto è stato autorizzato dall'Istituto Comprensivo all'interno del Piano per il Diritto allo Studio. Anche i genitori ne sono stati informati e hanno dato il loro consenso.

Oltre agli alunni, quattro insegnanti hanno preso parte attivamente alla realizzazione del progetto: l'insegnante di Religione, l'insegnante di Italiano e Matematica, l'insegnante di Inglese e l'insegnante di Storia e Geografia.

Formazione degli insegnanti

Il progetto psico-educativo ha tenuto nella dovuta considerazione sia le richieste degli insegnanti sia gli obiettivi prefissati nel corso degli incontri di formazione con gli stessi, durante i quali sono stati raccolti gli spunti operativi e le esigenze, al fine di elaborare le strategie da mettere in campo. A tal proposito occorre sottolineare che assume una connotazione prioritaria la necessità di creare tra insegnanti e psicologi esterni un clima cooperativo, in cui i bisogni dei primi possano conciliarsi con le offerte dei secondi.

Descrizione del progetto

Prima fase: osservazioni occasionali e analisi funzionale

Complessivamente il progetto si è svolto nell'anno scolastico 2015/2016. La prima riunione di presentazione è avvenuta all'inizio dell'ottobre 2015, le osservazioni tra novembre e dicembre. L'intervento con la token economy ha avuto luogo tra dicembre e febbraio, il follow-up tra marzo e maggio 2016.

Un apposito incontro con gli insegnanti ha permesso di comprenderne le esigenze attraverso una puntuale descrizione della classe e delle sue problematiche: la miglior strategia operativa è apparsa subito la token economy.

Due, dunque, le anime di questo incontro: la prima, volta a raccogliere le richieste del corpo docente e la seconda, finalizzata alla presentazione delle basi teoriche delle metodologie cognitivo-comportamentali. In questo progetto, infatti, si è voluto condurre sia un'analisi quantitativa, statistica, sia un'analisi qualitativa, monitorando le verbalizzazioni dell'insegnante. Abbiamo quindi spiegato agli insegnanti cosa fosse la token economy, specificando che il premio finale avrebbe dovuto essere di tutti, alunni e insegnanti.

La presenza di un premio avrebbe potuto indurre gli educatori a pensare che i comportamenti adottati mirassero esclusivamente a ottenere quest'ultimo. In realtà, l'obiettivo dell'intervento psico-educativo andava ben oltre, in quanto con una riorganizzazione adeguata della classe è possibile mirare a una «ristrutturazione cognitiva» che permetta di mantenere il miglioramento nel lungo periodo.

Si sono svolte in classe 2 ore di osservazione occasionale e 6 ore di analisi funzionale, per un totale di 8 ore. L'osservazione occasionale richiede, a un occhio esterno e privo di preconcetti, di riportare semplicemente su un foglio bianco le relazioni tra alunni e tra alunni e insegnanti: è apparso evidente che alcuni bambini disturbavano più di altri. Alcuni esempi di comportamenti osservati erano: alunni che urlano in classe, che si sdraiano sul banco durante la lezione, che rispondono in modo caotico alle domande della maestra. È stato anche osservato che le maestre rispondevano in modo irregolare alle domande o alle provocazioni dei bambini.

L'analisi funzionale, invece, consente la comprensione delle dinamiche Antecedente–Comportamento (*Behavior*)–Consequente (ABC), grazie all'utilizzo di griglie appositamente finalizzate a comprendere la sequenza temporale dei comportamenti problematici in classe. Dalle rilevazioni sono emerse sfaccettature diverse nelle relazioni tra alcuni insegnanti e alcuni alunni, che avrebbero potuto far temere una successiva impasse. L'atteggiamento degli insegnanti si è rivelato pienamente collaborativo: le loro dichiarazioni spontanee di autocritica hanno facilitato la realizzazione del nostro intervento, consentendoci di essere a nostro agio nella delicata fase di esposizione delle problematiche rilevate. Nella tabella 1 vengono riportati alcuni esempi di analisi funzionali dei comportamenti.

TABELLA 1 Esempio di analisi funzionale

ANTECEDENTE	COMPORAMENTO	CONSEQUENTE
L'insegnante di Inglese richiama Luca senza alcun motivo.	Tommaso poggia la testa sul banco dispiaciuto.	L'insegnante d'Inglese alla classe chiede: «Ci siete?».
L'insegnante d'Inglese chiede alla classe: «Ci siete?».	Tommaso, triste, dice: «No» con le mani conserte sul banco, poi alza la voce con un compagno.	L'insegnante di Inglese lo ammonisce subito.

Condivisione con gli insegnanti

Grazie alle griglie impostate sul modello ABC abbiamo potuto rilevare dinamiche particolari tra alcuni alunni e insegnanti. Queste osservazioni sono state condivise nel secondo incontro formativo, nel corso del quale, registrando le reazioni degli insegnanti al comportamento dei bambini e osservando l'azione che li innescava, abbiamo constatato che alcuni docenti, in presenza di certi alunni, attivavano un comportamento particolare, che le faceva apparire prevenute nei loro confronti.

L'insegnante di Italiano e Matematica, ad esempio, riferiva (i nomi dei bambini sono di fantasia): «Mi sono resa conto che nel momento in cui ignoravo Luca, lui faceva un maggior numero di versi. Lo ignoravo perché ero esasperata».

Mentre l'insegnante di Inglese osservava: «Forse abbiamo un occhio di riguardo per Tommaso... Leggendo le tabelle, ti rendi conto che con lui si ha un'attenzione particolare. Perché alla fine devi cercare di concludere con questa classe la lezione».

Gli insegnanti, inoltre, sembravano troppo accondiscendenti nei confronti di Tommaso, che veniva descritto come un bambino problematico e iperattivo: è emerso che l'alunno non veniva adeguatamente richiamato al rispetto delle regole nel momento in cui non si atteneva ad esse.

Durante la condivisione con gli insegnanti sono state predisposte le griglie con le analisi funzionali senza indicare il nome dell'insegnante, chiedendo loro di indovinare chi fosse il docente descritto. Il fine ultimo era di aiutare gli insegnanti a «vedersi da fuori» ed essere più oggettive nell'auto-osservazione. L'onestà intellettuale e il senso critico dimostrati dagli insegnanti, testimoniati dalle loro verbalizzazioni riportate sopra, ha permesso di riconoscere il loro atteggiamento nei confronti di determinati bambini.

Seconda fase: osservazione sistematica, pianificazione e realizzazione dell'intervento

Successivamente è stato fornito l'elenco dei comportamenti critici manifestati con maggiore frequenza che rendevano difficile gestire la classe e che erano emersi

durante le osservazioni occasionali. Questi comportamenti avrebbero dovuto in seguito convertirsi in positivo rispetto delle regole condivise con gli alunni.

I comportamenti target monitorati sono stati esplicitati e operazionalizzati nel seguente modo:

- La categoria di comportamenti problematici «Non alzare la mano e non aspettare il proprio turno» includeva anche «Parlare senza alzare la mano» e «Alzare la mano senza aspettare il turno».
- «Fare rumore» includeva comportamenti come «Canticchiare», «Disturbare e/o alzare la voce con i compagni», «Fare versi o pernacchie/ridere e fare commenti ad alta voce».
- «Non stare seduto composto» includeva anche «Dondolare sulla sedia».
- «Alzare la mano e aspettare il proprio turno di parola» è l'unico comportamento positivo di cui abbiamo monitorato le frequenze.
- Nella tabella 2 viene presentata la tabella costruita per l'osservazione sistematica. Ogni volta che un alunno emetteva un comportamento target gli osservatori segnavano una crocetta nella cella dedicata.

TABELLA 2 Griglia creata per le osservazioni sistematiche

Rilevatore:	Data:			Insegnante:				Orario:	
Nome del bambino	Regola 1: alzare la mano e aspettare il proprio turno			Regola 2: mantenere il silenzio				Regola 3: stare seduti composti	
	Parla alla maestra senza alzare la mano	Alza la mano ma non aspetta il proprio turno	Alza la mano e aspetta il proprio turno	Canticchia	Disturba e/o alza la voce con il compagno	Fa versi o pernacchie/ride ad alta voce	Fa rumore	Si dondola sulla sedia	Non sta seduto composto

Si è poi entrati nel vivo del laboratorio svolto con i bambini negli incontri successivi. Nel corso del primo incontro, con un role playing, le due psicologhe hanno messo in atto scene di disturbo durante l'ora di lezione, accentuando volutamente le condotte negative. In seguito, è stata proposta l'attività del circle time per discutere insieme su quello che si era visto, analizzando i comportamenti adeguati e inadeguati da mantenere in classe. Insieme si sono concordate le tre regole da seguire, su cui alunni e insegnanti avrebbero lavorato congiuntamente:

1. durante la lezione sto seduto composto;
2. per intervenire, alzo la mano e aspetto il turno;
3. durante la lezione, rimango in silenzio.

Queste tre regole, scritte su un cartellone, sono state affiancate da una fotografia in cui i bambini, in un apposito gioco di ruolo, simulavano l'atteggiamento positivo.

Nel successivo incontro è stato appeso in classe il cartellone delle regole ed è stato spiegato agli alunni l'intervento educativo di token economy, con l'obiettivo di scegliere il premio finale, che è risultato essere una festa in maschera di Carnevale, da «immortalare» in un apposito video. Nella figura 1 si riporta il cartellone delle regole.

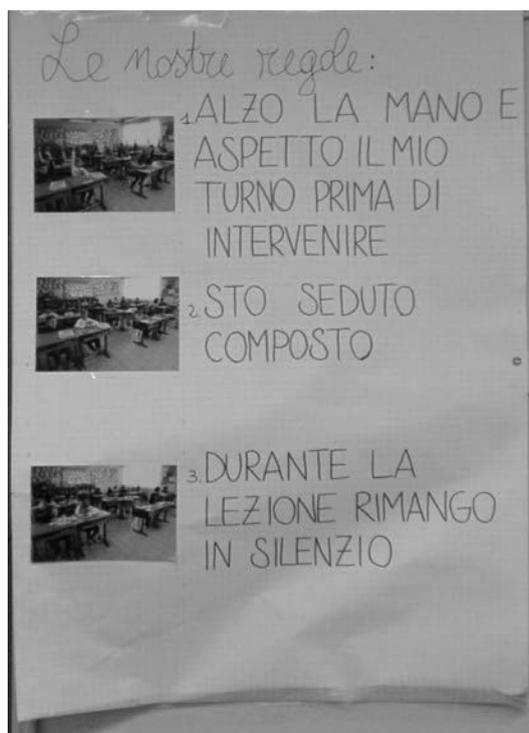


Fig. 1 Cartellone delle regole.

I bambini, rispettando tutte le tre regole fissate nel primo incontro, avrebbero potuto ottenere ogni giorno delle figurine, ossia dei token. Ogni insegnante delle prime ore del mattino avrebbe deciso a chi assegnare il token; l'alunno, nel corso della giornata, avrebbe dovuto continuare a comportarsi correttamente, in modo tale che non gli venisse revocato dai docenti delle ore successive; di contro, chi non l'avesse ottenuto nel corso delle prime ore, avrebbe potuto «conquistarlo» durante la giornata. Per ottenere il premio, ogni alunno avrebbe dovuto guadagnare almeno 4 token alla settimana, per 11 settimane consecutive. I token venivano poi appesi su un altro cartellone che descriveva l'andamento del progetto e serviva a dimostrare che il gruppo classe stava raccogliendo almeno 4 token alla settimana per tutte le settimane previste.

Una volta impostato il lavoro con la token economy, la prima autrice si è occupata di effettuare il monitoraggio settimanale relativo alla manifestazione dei comportamenti target descritti in precedenza. L'osservazione durava circa 2-3 ore alla settimana e veniva realizzata durante le ore dei diversi insegnanti per bilanciare i dati raccolti.

Monitoraggio a metà percorso

Il sistema di rinforzo a gettoni inizialmente ha ottenuto dei risultati positivi; tuttavia, nel corso della quarta settimana, si è constatato improvvisamente un apparente cedimento dei comportamenti corretti, tale da farci pensare che i bambini avrebbero potuto non ottenere i gettoni necessari a riscattare il premio alla fine del periodo dell'intervento. Scartata l'idea di aprire comunque la finestrella del disegno che rappresentava il premio finale (festa in maschera di Carnevale) qualora non avessero raggiunto l'obiettivo prefissato, regalando in tal modo ai bambini un premio non conquistato, abbiamo deciso di condurre dei colloqui individuali con ciascun alunno. Questi colloqui erano volti a ravvisare la presenza di eventuali problematiche.

È emerso che un alunno non voleva recitare il ruolo del personaggio dei cartoni animati scelto in precedenza per la festa in maschera, ma uno diverso, e che, di conseguenza, non era adeguatamente motivato. Lo abbiamo accontentato per rinforzare la sua volontà di osservare le regole in vista del premio. In questo frangente si è pensato di mostrare sia ai bambini sia agli insegnanti dei grafici che permettessero di cogliere visivamente la frequenza dei comportamenti problematici, che risultavano drasticamente diminuiti.

Terza fase: conclusione dell'intervento e follow-up

Nell'ultimo incontro che si è tenuto nel mese di febbraio 2016, dopo la conclusione della token economy, i docenti hanno mostrato soddisfazione e gratitudine in merito all'efficacia dell'intervento. Secondo l'insegnante di Italiano e Matematica, «c'è un altro

clima. Matteo e Luca sono stati aiutati dal clima della classe. Prima c'erano continuamente problemi». L'insegnante di Religione afferma che: «Anche i risultati parlano. Ma si vede. Sono molto migliorati. Finalmente la classe è omogenea, sono tutti allo stesso livello, nel senso che riesco a spiegare». Mentre l'insegnante di Inglese riferisce che: «Prima facevi il carabiniere, adesso non ho più quello stato d'animo. Come entravo non riuscivo a dare loro una modalità per stare bene in classe. Già io non ero predisposta!».

Queste e altre verbalizzazioni, riportate nelle registrazioni degli incontri, se paragonate a quelle del primo intervento, permettono di cogliere il cambiamento riscontrato poi anche nelle analisi statistiche. Terminato l'intervento si è proseguito con un follow-up di 12 settimane (3 settimane per ciascun insegnante). Durante le settimane di follow-up non è stata applicata la token economy, in quanto il premio finale era già stato ottenuto. La prima autrice continuava a recarsi regolarmente in classe nelle ore concordate con gli insegnanti solamente al fine di rilevare il presentarsi dei comportamenti target descritti in precedenza.

Risultati

Dal confronto tra le frequenze dei comportamenti negativi rilevate prima, durante e al termine dell'intervento, emerge che il numero di infrazioni delle regole è diminuito per tutti i comportamenti negativi, mentre è aumentato il comportamento positivo monitorato, ossia «Alzare la mano e aspettare il proprio turno di parola». Si può notare come nessuno dei comportamenti sia mai tornato ai livelli della baseline. Per i tre momenti dell'intervento sono stati calcolati la numerosità dei comportamenti target. Purtroppo, per la baseline è stato possibile condurre solo una settimana di osservazione per cui è stato riportato il totale dei comportamenti target. Nelle 11 settimane relative al periodo d'intervento è stata calcolata la media di frequenza dei comportamenti target, così come nelle 12 settimane di follow-up. Sono state condotte delle statistiche non parametriche dal momento che la distribuzione non rispettava la normalità di Gauss e il numero di settimane era limitato. Nella tabella 3 sono riportate le medie dei comportamenti target e le differenze tra i tre momenti.

Inoltre è stato effettuato un confronto tra le sequenze rilevate nelle ore dei diversi insegnanti. Per comprendere la figura 2 è necessario specificare che l'insegnante 1 insegnava Religione, l'insegnante 2 Italiano e Matematica, l'insegnante 3 Inglese e l'insegnante 4 Storia e Geografia. Questo confronto ha messo in luce come la token economy abbia avuto una diversa efficacia a seconda della presenza di un docente piuttosto che di un altro: dalle analisi statistiche non parametriche per campioni indipendenti, tale effetto insegnante risulta essere significativo esclusivamente per il passaggio dalla baseline all'intervento.

TABELLA 3 Statistiche descrittive e significatività delle differenze riferite a ciascun comportamento per T0, T1 (al termine dell'intervento) e T2 (al termine del follow-up).

Comportamento	Baseline (T0)	Intervento (T1) Media (DS)	Sig. differenza tra T1-T0	Follow-up (T2) Media (DS)	Sig. differenza tra T2-T1
Non alzare la mano e non aspettare il proprio turno	168	33,4 (23,22)	< 0,001	13,66 (7,22)	0,011
Non mantenere il silenzio	203	67,74 (33,41)	< 0,001	33,16 (15,02)	0,004
Non stare seduto composto	533	167,18 (67,80)	< 0,001	119,33 (39,63)	0,049
Alzare la mano e aspettare il proprio turno di parola	117	62,85 (37,26)	0,106	38,25 (23,25)	0,068

Le figure 2, 3, 4 e 5 descrivono gli stessi valori riportati nella tabella 3. Complessivamente è possibile affermare che i comportamenti problematici sono stati messi in atto con maggiore frequenza con l'insegnante di Religione e con l'insegnante di Storia e Geografia.

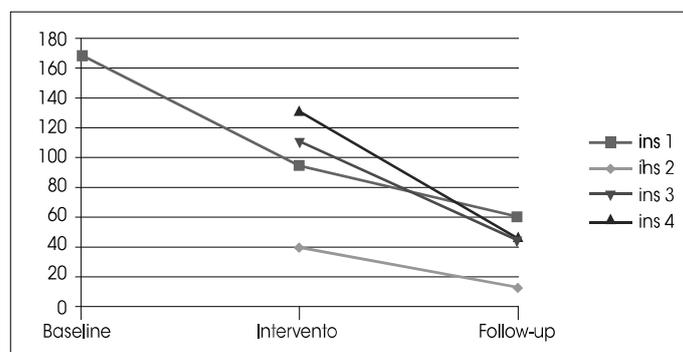
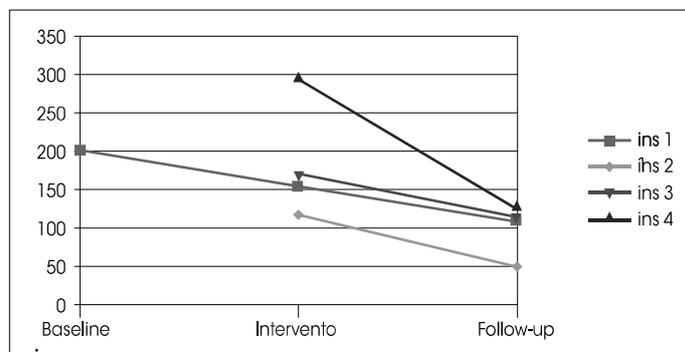


Fig. 2 Andamento della condotta «Non alzare la mano e aspettare il proprio turno» per ciascuna dei quattro insegnanti nei tre tempi considerati.

Il dato maggiormente rilevante è che, paragonando la fase dell'intervento al follow-up, le frequenze dei comportamenti sono diminuite ulteriormente in modo statisticamente.



significativo.

Fig. 3 Andamento della condotta «Non mantenere il silenzio» per ciascuna dei quattro insegnanti nei tre tempi considerati.

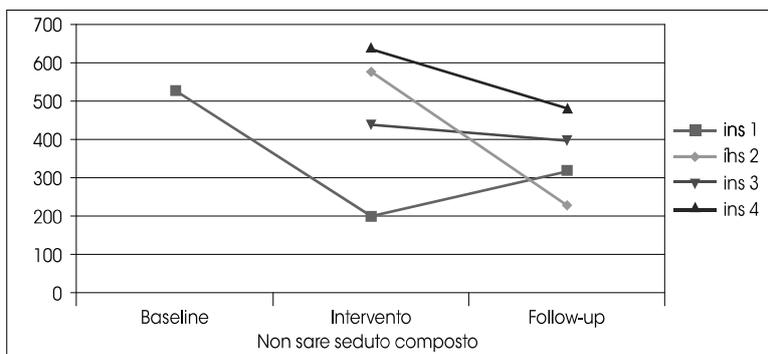


Fig. 4 Andamento della condotta «Non stare seduto composto» per ciascuna dei quattro insegnanti nei tre tempi considerati.

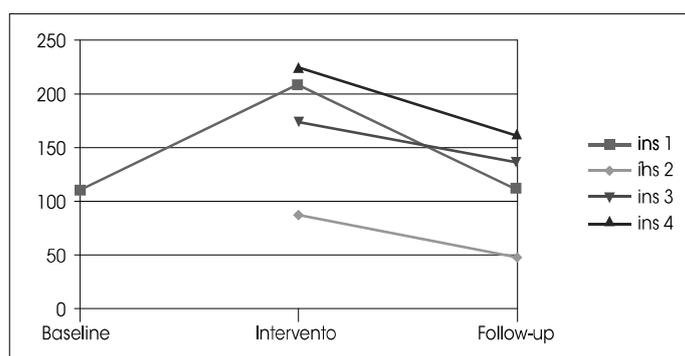


Fig. 5 Andamento della condotta «Alza la mano e aspetta il proprio turno di parola» per ciascuna dei quattro insegnanti nei tre tempi considerati.

Questo permette di ipotizzare che il cambiamento ottenuto non fosse solamente in relazione al premio concreto, ma rappresentasse il risultato di una ristrutturazione cognitiva.

Discussione

La presente ricerca ha avuto l'obiettivo di verificare se un programma di token economy condotto in una classe terza di scuola primaria definita ingestibile dagli insegnanti sarebbe stato in grado di migliorare il clima della classe. Secondo il modello di Celi e Fontana (2007), si è proceduto a fare delle osservazioni, delle riunioni con gli insegnanti e un intervento psico-educativo in classe che ha coinvolto sia gli alunni che i docenti stessi. Sebbene nella letteratura nazionale siano presenti diverse esperienze che dimostrano l'efficacia di questo modello, occorre sottolineare che non era ancora stato verificato se un eventuale miglioramento del clima della classe fosse attribuibile solamente al raggiungimento del premio finale o dipendesse da altre motivazioni.

Innanzitutto, dall'analisi quantitativa globale è possibile riscontrare che l'utilizzo della token economy ha determinato una riduzione significativa dei comportamenti negativi adottati dagli alunni della classe terza della scuola primaria. Ciascuno dei comportamenti monitorati, ossia «Parlare senza alzare la mano e aspettare il proprio turno di parola», «Non mantenere il silenzio» e «Non stare seduto composto», ha subito un decremento a partire dalla prima settimana di rilevazione, senza mai tornare ai livelli della baseline. Inoltre nel passaggio dalla baseline alla fase di intervento sono aumentati i comportamenti positivi di «Alzare la mano e aspettare il proprio turno di parola». I confronti tra la baseline e la media dei comportamenti registrati durante la fase d'intervento hanno restituito differenze statisticamente significative. Questo risultato è in linea con le altre ricerche che hanno applicato il modello di Celi e Fontana (2007).

Oltre alle registrazioni quantitative, grazie agli incontri con gli insegnanti è stato possibile raccogliere anche percezioni, pensieri e attribuzioni del ruolo degli insegnanti in classe (dati qualitativi). Nell'ultimo incontro con gli insegnanti è stato chiesto loro di andare a ritroso nel tempo per identificare le problematiche legate alla precedente organizzazione della classe. Si è quindi rilevato che, secondo gli insegnanti, i miglioramenti erano da attribuire all'utilizzo di tre semplici regole, che avevano permesso di evitare inutili richiami. Prima, infatti, i bambini, dovendo rispettare poche regole a casa e molte a scuola, erano disorientati.

Abbiamo, infine, chiesto di esplicitare le paure che avevano all'inizio del lavoro e ci hanno detto che temevano che, in una classe così caotica e poco gestibile, la difficoltà nel rispettare le regole da parte dei bambini avrebbe potuto dare adito a sensi di colpa

in questi ultimi, che avrebbero a loro volta generato maggiori difficoltà a rispettarle. Tuttavia questi timori si erano rivelati poi infondati.

L'obiettivo principale della ricerca era di verificare se, una volta raggiunto il premio, i bambini avrebbero di nuovo assunto atteggiamenti negativi e deleteri oppure avrebbero raggiunto quella ristrutturazione a livello cognitivo, emozionale e relazionale che avrebbe permesso loro di interiorizzare e comprendere i reali benefici derivanti dal mantenere dei comportamenti finalizzati a creare un clima sereno all'interno della loro classe. In realtà, dopo il raggiungimento del premio finale (festa mascherata di Carnevale) la frequenza dei comportamenti target si è mantenuta al livello riscontrato nelle 11 settimane di intervento. A dimostrazione del fatto che probabilmente la qualità del benessere in classe, valutabile anche come comportamenti e relazioni degli alunni e dei docenti, non è modificabile solamente perché viene fatto intravedere un premio, con il rischio di creare una motivazione estrinseca, difficilmente replicabile nel tempo. In realtà, il benessere in classe è stato raggiunto perché grazie alla collaborazione tra psicologhe, insegnanti e alunni è stato possibile concordare e condividere un numero minimo di regole per stare bene insieme, ma soprattutto si è creato un circolo virtuoso in cui viene valorizzato chi rispetta le regole, e non punito chi le infrange, come spesso siamo abituati a osservare anche nella nostra quotidianità.

Il progetto descritto in questo articolo vuole rappresentare un percorso finalizzato, da una parte, a illustrare il risultato positivo, supportato dalle analisi statistiche, di un intervento psicoeducativo basato sulla token economy e, dall'altra, a dare voce alle emozioni e alle percezioni che scaturiscono nel momento in cui si affronta un percorso di cambiamento delle relazioni interpersonali. La novità di tale studio sta nell'aver proseguito con un follow-up di 12 settimane, al fine di verificare se la classe avesse effettivamente interiorizzato le norme di comportamento come inizialmente auspicato. Ciò che può considerarsi determinante è il fatto di avere dato regole precise, limitate e chiare ai bambini, frutto di un lavoro ben strutturato in precedenza: l'operazionalizzazione di comportamenti target grazie a rilevazioni pre-intervento risulta essere fondamentale per poter raggiungere dei riscontri positivi. Gli insegnanti della classe in questione hanno acquisito la capacità di ascolto attivo che risulta fondamentale per riuscire a interpretare nel modo corretto i propri comportamenti e quelli degli alunni, avendo le linee guida per analizzare le problematiche che possono indurre a adottare atteggiamenti inconcludenti, che ostacolano la creazione di un clima di classe positivo e sereno. Come in tutti i percorsi, la classe con cui si è lavorato potrà incontrare nuove difficoltà, ma si pensa di essere riusciti a dotarla di una bussola che, in caso di necessità, saprà indicarle la giusta direzione da seguire.

Il principale limite di questo studio è rappresentato dall'impossibilità di raccogliere dati paralleli con un gruppo di controllo, ovvero in una classe con le stesse problematiche di disciplina di questa terza, effettuando tutte le osservazioni senza applicare i principi

dell'intervento cognitivo-comportamentale. Dal punto di vista deontologico occorre sottolineare che è sicuramente problematico ricevere la segnalazione di una classe con difficoltà e farla rimanere in attesa per un intero anno scolastico.

Il secondo limite di questo studio è stato quello di avere dedicato poco tempo alle osservazioni sistematiche al fine di avere più dati quantitativi di baseline. Tale limite è derivato dalla necessità di intervenire precocemente in classe per migliorarne il clima.

WELL-BEING IN CLASS: AN EMOTIONAL AND BEHAVIOURAL INTERVENTION PROGRAMME FOR IMPROVING THE RELATIONAL ATMOSPHERE AT SCHOOL

ABSTRACT

This paper presents a psycho-educational intervention project in a third year primary class in the province of Bergamo.

This project is designed to reduce problematic behaviours in children using a token economy in order to restore a positive class context and to establish better class-management.

Negative behaviours were coded as: talking before raising one's hand, making noise and not sitting properly whereas positive behaviours were: talking after raising one's hand and waiting one's turn.

Results based on systematic observations showed a decrease in these negative conducts. Twelve weeks of follow-up after the conclusion of the behavioural intervention demonstrated a further reduction of negative behaviours. These results let us hypothesize that cognitive, behavioural and relational modifications in a classroom can help improve its management.

KEYWORDS

Psycho-educational intervention, token economy, classroom management

BIBLIOGRAFIA

- Ayllon T. e Azrin N. (1968), *The token economy: A motivational system for therapy and rehabilitation*, New York, Appleton Century Crofts.
- Cazzoli V., Fontana D., Celi F., Tornaghi A., Calcara P. e Filipozzi C. (2005), *Intervento comportamentale nel contesto scolastico: analisi di un caso singolo*, Relazione presentata al quinto Congresso nazionale dell'AIDAI sul Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività, Milano, 12-14 maggio 2005.
- Celi F. e Fontana D. (2007), *Formazione, ricerca e interventi psicoeducativi a scuola. Storie di cooperazione tra psicologi e insegnanti*, Milano, McGraw-Hill.
- Celi F., Fontana D., Arena A., Possenti B., Trubini C. e Zanini F. (2007), «*Davide, guardami!*»: *l'incremento del contatto oculare e i primi passi nella relazione tra un bambino autistico e la sua insegnante di sostegno*, in F. Celi e D. Fontana (a cura di), *Formazione, ricerca e interventi psico-educativi a scuola. Storie di cooperazione tra psicologi e insegnanti*, Milano, McGraw-Hill.
- Celi F., Fontana D., Fracassi L., Nizzoli S., Possenti B., Savoldi M. e Trubini, C. (2007), *Intervenire prima sugli apprendimenti o sui comportamenti problematici? Un bambino con ritardo mentale in una scuola elementare*, in F. Celi e D. Fontana (a cura di), *Formazione, ricerca e*

- interventi psicoeducativi a scuola. Storie di cooperazione tra psicologi e insegnanti*, Milano, McGraw-Hill.
- Celi F., Fontana D., Malagutti B., Sartori D. e Saladini G. (2007), *Un problema di comportamento alle elementari: promuovere l'autoregolazione*, in F. Celi e D. Fontana, *Formazione, ricerca e interventi psicoeducativi a scuola. Storie di cooperazione tra psicologi e insegnanti*, Milano, McGraw-Hill.
- Celi F., Fontana D., Rossi B., Paltrinieri R. e Saladini G. (2007), *Un problema d'apprendimento alle elementari: Mario impara a usare le «h»*, in F. Celi e D. Fontana (a cura di), *Formazione, ricerca e interventi psicoeducativi a scuola. Storie di cooperazione tra psicologi e insegnanti*, Milano, McGraw-Hill.
- D'Alonzo L. (2008) *Gestire le integrazioni a scuola*, Brescia, La Scuola.
- Fontana D., Celi F., Toselli C. e Scannavini P. (2009), *Un disturbo oppositivo-provocatorio in classe: dalla definizione di piccoli obiettivi comportamentali alla modificazione della relazione insegnante-alunno*, Relazione presentata al settimo Congresso nazionale sul Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività, Padova, 14-16 maggio 2009.
- O'Leary D. e O'Leary S. (1972), *Classroom management: The successful use of behavior modification*, New York, Pergamon Press.

Bonsignori R., Ferla L. e Marzocchi G.M. (2016), *Star bene in classe: un programma di intervento cognitivo-comportamentale per migliorare il clima relazionale a scuola*, «DdAI – Disturbi di Attenzione e Iperattività», vol. 12, n. 1, pp. 77-93, doi: 10.14605/DdAI1211604