



ODV  
ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO  
**rubinstein - taybi**



II° serata Genitori da Vicino: incontri di gruppo sulle storie di  
tutti i giorni



## Regolazione e adattamento

Dott.ssa Domenica Mastromattei  
[mastromattei.domenica@gmail.com](mailto:mastromattei.domenica@gmail.com)



Dott.ssa Elena Pagliaccia  
[elena.pagliaccia@gmail.com](mailto:elena.pagliaccia@gmail.com)



# Adattamento

**Dipende dalle condizioni bio-psico-sociali e dalle capacità/ competenze**

## Bambino

Età  
Condizioni psico-fisiche

## Funzionamento

Relazione

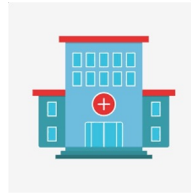


## Contesto

Famiglia  
Amici  
Stimoli ambientali  
Agenzie educative  
Agenzie del tempo  
libero

# Adattamento e Regolazione Risposte Emotive

Bambino



Contesto/i







Qual è la vostra  
esperienza?



## Le funzioni esecutive

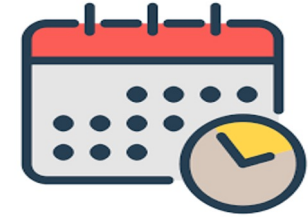
### Flessibilità



### Attenzione



### Pianificazione



### Inibizione della risposta



### Memoria di lavoro



### Regolazione Emotiva



# La regolazione delle emozioni

Risposte emotive disregolate e impulsive sono adattivamente svantaggiose

## Ma come si impara a gestire le emozioni?

attraverso la relazione avviene la possibilità di gestire gli stati emotivi e fornire loro significati condivisi

in modo diretto

Insegnamenti espliciti  
Spiegazioni/Discussione

in modo indiretto

Imitazione/apprendimento  
osservativo  
Rinforzi positivi e negativi  
Importanza dei modelli forniti  
dagli adulti

## Sviluppo della regolazione emotiva

### Età prescolare

Attenzione alla **regolazione**:  
sonno, alimentazione,  
controllo sfinterico

Sviluppa ed esprime le  
emozioni primarie

### Età scolare

Balzo avanti delle  
**competenze comunicative**

Aumento del repertorio dei  
nomi con cui **riconoscere** le  
emozioni

Apprendimenti → maggiori  
strumenti cognitivi di  
**consapevolezza,**  
**comprensione e regolazione**  
**degli stati emotivi**

### Preadolescenza

Maggiori capacità di  
**astrazione, capacità**  
**metacognitive; relativismo**  
**della realtà**

### Adolescenza

trasformazioni fisiologiche,  
somatiche e comportamentali

Livelli emotivi più elevati e più  
frequenti oscillazioni emotive,  
maggiore frequenza di  
emozioni negative





Qual è la vostra  
esperienza?



## Dalla parte dei bambini

### Fattori interferenti:

- Contestuali
- Relazionali
- Qualità delle proposte
- Frustrazione
- Difficoltà espressive



### Comportamenti : anomali “disadattivi”

Capriccio vs Disregolazione

strategia cognitiva  
presente

strategia cognitiva  
non trovata



### Perchè ?

- Difficile decifrare il contesto
- Difficile capire come ci si deve comportare
- Difficoltà comunicazione



e il contesto? Siamo interessati all' INPUT!!!



## Come aiutare la regolazione...a CASA



### **Giocare:**

- gioco di finzione
- gioco condiviso



**Disegnare le  
emozioni**



**Leggere libri**



### **Regole:**

- Poche, chiare  
semplici



# Come aiutare la regolazione...a SCUOLA



Lavori in **piccolo gruppo**



Termometro delle emozioni



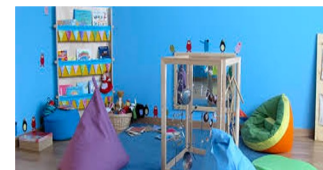
Prevedibilità



Spazi di decompressione



Evitano la frustrazione e comportamenti disadattivo-disfunzionali



## Giocare con le emozioni



- Giochi **strutturati** con le emozioni (acquistabili su consiglio dei terapisti/terapeuti)
- Semplici **giochi costruiti** per identificare e riconoscere le emozioni (es: memory, dado delle emozioni, domino, etc.) anche con l'aiuto dei terapisti
- **Disegnare** le emozioni
- **Giocare** in modo **simbolico e condiviso**





## La lettura



**Linguaggio delle storie più  
sintonico al modo di sperimentare il  
mondo del bambino.**

Attraverso la storia un bambino può  
riconoscere qualcosa che ha dentro a  
cui non è riuscito a dare un nome.



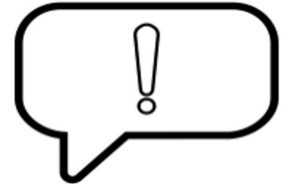
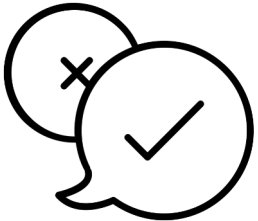
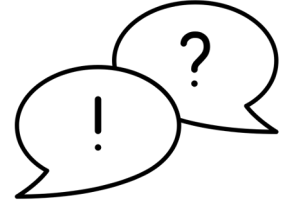
Apriamo la  
discussione!



## A voi la parola...



- Non dire subito no
- Leggere un libro per tranquillizzare il bambino...
- Strategie condivise, flessibili
- Sorrisi
- Mediazione con il gioco (bambole..)
- Mettersi di fianco al bambino in direzione della richiesta
- Anticipazione con mediatore (fare finta di)



## Da evitare!

- Fornire modelli disfunzionali di regolazione
- Punizioni dure senza spiegazione
- Regole troppo normative
- Proporre novità in modo repentino



→ Quindi cosa possiamo fare?



## Take home message

- Rendere **prevedibile** la quotidianità
- Osservare il comportamento del bambino (cosa succede prima?e dopo?)
- Fornire **modelli** di regolazione emotiva funzionali
- Mostrare **comprensione** delle difficoltà emotive
- Spiegare con **linguaggio semplice** la regola (no spiegoni!)
- **Tono di voce fermo e pacato**
- **Autorevolezza vs Autorità**
- Integrare comunicazione verbale e non verbale
- **Rinforzi positivi**
- Strumenti che sostengono comunicazione e prevedibilità (es. cartellone regole in casa/scuola; agenda settimana CAA)







Grazie a tutti  
per la  
partecipazione!