

**Progetto FATE**  
**Psicoterapia in Piazza della Salute**  
**Roma 12 febbraio 2018**

**COPING POWER**

**PROGRAMMA PER IL CONTROLLO DI RABBIA E AGGRESSIVITA' IN BAMBINI E ADOLESCENTI**

**Dott.sse Banci Serena e D'Amico Simona**

In ogni trattamento dei disturbi del comportamento l'obiettivo principale è ridurre i comportamenti disfunzionali. E' importante modificare i fattori di rischio multipli da cui vengono determinati, intervenendo nei diversi contesti di vita del minore e modellando l'intervento sulle caratteristiche del minore e del suo ambiente. Il programma del *Coping Power* prevede un intervento parallelo sia sul bambino dell'ultimo ciclo della scuola primaria e dei primi anni della scuola secondaria di primo grado dell'ultimo ciclo della scuola primaria e dei primi anni della scuola secondaria di primo grado, che un parent training genitoriale, che mira a depotenziare quei fattori di rischio psicosociali e familiari che altrimenti potrebbero andare a costituire le basi per l'insorgenza di condotte antisociali in età adulta, se sono presenti anche dei fattori di rischio biologici. È importante quindi sia per il bambino/adolescente, sia per l'adulto saper riconoscere l'emozione della rabbia quando è funzionale e quando invece può diventare disfunzionale con il rischio di creare qualche danno a se stessi e agli altri, capire quando si manifesta e in che modalità viene messa in atto; in questo modo e attuando modalità di contenimento e gestione della rabbia, quest'ultima potrà essere controllata in modo efficace. La rabbia è un'emozione attraverso cui possiamo attivare dei comportamenti funzionali atti alla nostra difesa ed è caratterizzata tipicamente da un'attivazione motoria molto forte. I movimenti legati alla rabbia riguardano l'attacco, l'affermazione dei propri diritti, fino ad arrivare ad una graduale diminuzione della tensione muscolare. Le normali manifestazioni comportamentali connesse all'emozione rabbia potrebbero però diventare disfunzionali nel momento in cui arrivano a crearci difficoltà nel nostro quotidiano se non riusciamo a controllare e gestire la nostra emozione, e anche quando aumentano di frequenza e intensità. Questo esempio di condotta rientra in quelli che vengono definiti disturbi "esternalizzanti" o DISTURBO DA COMPORTAMENTO DIROMPENTE (DCD), ovvero disturbi per cui i bambini imparano a dirigere verso l'esterno le loro emozioni critiche, sotto forma di condotte oppositive, impulsive, iperattive e di rabbia. Il disturbo "esternalizzante" può diventare un fattore di rischio per lo sviluppo di condotte antisociali in età adolescenziale e poi adulta. Il programma del *Coping Power* viene indicato da numerosi studi come molto efficace per il controllo della rabbia.

Per quanto riguarda il COPING POWER – BAMBINI, le attività volte al potenziamento di alcune capacità carenti, sono: saper prendere obiettivi a breve e a lungo termine; organizzare lo studio in modo efficace; riconoscere e modulare i segnali fisiologici della rabbia; riconoscere il punto di vista altrui; risolvere in modo adeguato le situazioni conflittuali; resistere alle pressioni dei pari ed entrare in contatto con gruppi sociali positivi. Per quanto riguarda, invece, il COPING POWER – GENITORI, prevede il COINVOLGIMENTO ATTIVO DELLA COPPIA GENITORIALE, intervenendo direttamente e all'interno del contesto familiare. E' basato sulla costruzione e sul consolidamento di alcune abilità nella gestione educativa e affettiva con il proprio figlio: organizzare e gestire i compiti scolastici; riconoscere e gestire le proprie aree personali di stress; condurre di un'adeguata analisi funzionale del comportamento del bambino; rinforzare i comportamenti positivi ed estinguere gradualmente i negativi; trasmettere le istruzioni in modo chiaro e concreto; definire chiare regole e aspettative e il loro monitoraggio nel tempo; gestire in modo equilibrato la disciplina e la punizione; preparare e pianificare le attività estive; costruire un sereno clima di coesione familiare; apprendere e usare il *problem solving* familiari per affrontare i momenti di conflitto; promuovere adeguate modalità di comunicazione familiare.

È possibile partecipare al programma del *Coping Power* attuato dalle dott.sse Banci Serena e D'Amico Simona presso la Sezione Clinica del CRP in via Labicana 92. Per informazioni o prenotazioni si può contattare la Sezione Clinica inviando una mail a [sezioneclinica@crpitalia.eu](mailto:sezioneclinica@crpitalia.eu) oppure telefonando al numero **06/77207454 dal lunedì al venerdì dalle 15.00 alle 18.00 (CRP - Sezione Clinica).**