



SOS Digital – Providing Support to Students in Distress

Comportamento aggressivo

Guida di auto-aiuto per il personale



Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente le opinioni dei suoi autori. La Commissione Europea non è responsabile per il contenuto di questa pubblicazione.

COMPORTAMENTO AGGRESSIVO: COME RISPONDERE

Cos'è il comportamento aggressivo?

Il comportamento aggressivo è un comportamento che va oltre ciò che è socialmente accettabile come ad esempio: causare danno, dolore a persone o rompere oggetti. Si basa su atteggiamenti o emozioni negative, per esempio: rabbia, ribellione, ostilità, desiderio di distruggere, frustrazione. In questo caso, possiamo parlare della **dimensione affettiva dell'aggressione**. Il comportamento aggressivo degli studenti appare più spesso in risposta al fallimento ed è una forma di scarico della frustrazione e della rabbia.

Il comportamento aggressivo può anche essere un **comportamento strumentale**, quando l'autore dell'aggressione è guidato dall'intenzione di raggiungere un obiettivo specifico attraverso un comportamento aggressivo. Un esempio di questo tipo di situazione può essere, tra l'altro, un atto di comportamento aggressivo dello studente con l'intenzione di far cambiare la valutazione negativa al docente. L'aggressione strumentale è più spesso presente in persone con un disturbo del comportamento/di regolazione, le cui caratteristiche principali sono: limitate emozioni prosociali, mancanza di rimorso o senso di colpa, insensibilità, mancanza di empatia, incuria verso il proprio rendimento, o affettività superficiale o scarsa.

Le manifestazioni di aggressione fisica diretta al docente o ad altri studenti sono molto rare. Le manifestazioni di aggressione verbale o verso gli oggetti sono le più comuni, come: alzare la voce, usare parole volgari/offensive e gesti inappropriati, come ad esempio gettare una borsa sul pavimento, colpire un pugno su un tavolo, dare calci/colpi alle sedie o strappare un esame scritto non superato.

Come affrontare il comportamento aggressivo?

- ✓ **Mantieni la calma e cerca di controllare le tue emozioni.** In queste situazioni, una reazione calma, sicura e decisa facilita una soluzione di successo della situazione. Muoviti lentamente e con costanza. Cerca di mantenere la calma nei tuoi movimenti fisici.
- ✓ **Ascolta** ciò che l'altra persona ha da dire e accetta le sue parole, cerca di riconoscere ed enfatizzare gli aspetti positivi, senza minimizzare quelli negativi.
- ✓ **Mantieni un buon contatto visivo**, ma assicurati che questo non appaia conflittuale.
- ✓ **Mostra comprensione ed empatia** con l'altra persona riflettendo, chiarendo e riassumendo i tuoi pensieri e i tuoi sentimenti.
- ✓ **Evitare qualsiasi espressione di potere**, per esempio "Devi calmarti".
- ✓ Se necessario, **trova una distanza fisica sicura**.
- ✓ Se senti che la tua integrità o la vita di qualcun altro è in pericolo, allontanati immediatamente.

e **chiama** immediatamente **aiuto**.

Come affrontare il comportamento aggressivo in aula?

- ✓ **Evitare di sottovalutare il comportamento degli studenti.** È importante chiedere di parlare e di rimandare la conversazione al momento più opportuno: la conversazione sarà più efficace se passerà del tempo dopo l'episodio di comportamento aggressivo. L'atto impulsivo di comportamento aggressivo dura al massimo alcuni minuti, durante i quali lo studente sovraeccitato non è in grado di ascoltare e avere una visione chiara di tutta la situazione. Dopo mezz'ora o più, lo studente ha la possibilità di guardare l'intera situazione in modo più razionale ed equilibrato. Quindi, se possibile, invita lo studente a parlare dopo la lezione.
- ✓ Se questo non sembra funzionare e lo studente è ancora aggressivo, si può essere più risoluti e dire in tono fermo ma calmo che non si può accettare un tono di voce così alto o parole volgari all'interno dell'aula, e che la condizione per ulteriori conversazioni è un comportamento più calmo dello studente.
- ✓ Se l'aggressione verbale dello studente persistesse o si intensificasse, per la sicurezza degli altri studenti, si dovrebbe annunciare una pausa di quindici minuti e chiedere a tutti gli studenti, compreso lo studente che manifesta comportamenti aggressivi, di lasciare la stanza. Dopo la pausa, si può proporre allo studente di spostarsi insieme in un luogo appartato per parlare, ma non davanti al resto del gruppo.
- ✓ Scegliere uno spazio che favorisca una conversazione costruttiva. È importante che questo luogo permetta di rivolgersi a terzi per chiedere aiuto o per aumentare la distanza da uno studente aggressivo, se necessario. Si dovrebbe evitare di rimanere da soli con lo studente in una stanza chiusa.
- ✓ Mostrare comprensione per le emozioni provate dallo studente, il che non significa giustificare il comportamento dello studente.
- ✓ Non lasciare allo studente la convinzione di aver ceduto alla sua persuasione e di essere stati influenzati del suo comportamento aggressivo. Mostrate disponibilità a cercare una soluzione attraverso un dialogo con lo studente.

CONTATTI UTILI

Chi posso chiamare in caso di emergenza?

- ✓ Numero emergenza 112
- ✓ Direttamente al pronto soccorso di un ospedale

Chi posso chiamare in caso di situazioni a rischio?

- ✓ Consulenza psicologica studenti-dottorandi UNITN

Come contattare il Servizio di Consulenza Psicologica di UNITN?

- ✓ Scrivere a consulenzapsicologica.studenti@unitn.it;
- ✓ Telefonare al 0464.808116 dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 17.30 o in altri orari lasciare un messaggio sulla segreteria telefonica.

REIFERIMENTI

- ✓ Archer, J., & Coyne, S. M. (2005). An integrated review of indirect, relational, and social aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 9, 212-230. doi: 10.1207/s15327957pspr0903_2
- ✓ Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, E. J. (2012). Self-control and aggression. *Current Directions in Psychological Science*, 21, 20-25. doi: 10.1177/0963721411429451
- ✓ Leenaars, L., & Rinaldi, C. M. (2010). Male and female university students' experiences of indirect aggression. *Canadian Journal of School Psychology*, 25, 131-148. doi: 10.1177/0829573509350062
- ✓ Farnicka, M., Liberska, H., Niewiedział, D. (2016). *Psychology of aggression. Selected problems*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- ✓ Krahe, B. (2001). *Aggression*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.