

# Le regole anti-bullismo

## APPROFONDIMENTO - Token Economy

Vi proponiamo ora un approfondimento sulla Token Economy, una tecnica da utilizzare con bambini e bambine della scuola primaria.

La Token Economy consiste in un sistema di premi a punti (rinforzi simbolici, come ad esempio gettoni, adesivi) usati per rinforzare i comportamenti positivi dei bambini. Una volta raggiunto un numero prestabilito di punti, i bambini riceveranno un premio per loro saliente (es. – un libro o un giocattolo, diventare l'aiutante della maestra per un giorno, etc.).

### Obiettivo

L'obiettivo è quello di focalizzare l'attenzione sui successi del bambino (comportamenti positivi, o assenza di comportamenti negativi), e di fare in modo che aumenti gradualmente la frequenza in cui tali comportamenti vengono messi in atto. Per tale ragione, si sconsiglia di togliere punti quando il bambino si comporta male: in questo modo, l'attenzione rimarrebbe sul comportamento negativo e l'obiettivo finale potrebbe essere visto come irraggiungibile. Questo potrebbe generare frustrazione e demotivazione.

### Come funziona in termini operativi

Una volta stabilito insieme alla classe quali sono i comportamenti positivi, l'insegnante assegnerà un punto ogni volta che ciascun bambino o bambina metterà in pratica quel comportamento. Chi si comporta in modo scorretto non otterrà punti. Se qualcuno ha maggiori difficoltà a livello di controllo del comportamento (es. in caso di ADHD), allora assegnare il punto ogni volta che si avvicina al comportamento desiderato, anche se non lo raggiunge in pieno (es. – se si è distratto durante la lezione, ma è rimasto in silenzio, assegnare il punto perché non ha disturbato). Si può decidere se rinforzare il comportamento immediatamente o in un momento preciso della mattinata. L'importante è non far passare troppo tempo tra comportamento e rinforzo, altrimenti quest'ultimo perde di efficacia. Una volta che il bambino avrà accumulato un numero prestabilito di punti, questi potranno essere scambiati con un premio.

Al fine di rafforzare lo spirito di gruppo e la cooperazione tra i compagni, potrebbe essere utile stabilire un premio di classe (es. quando tutti avranno raggiunto 10 punti, tutta la classe si potrà vedere un film a loro scelta). Chi raggiunge prima i 10 punti, potrebbe essere incoraggiato ad aiutare i compagni più in difficoltà, in modo che anche loro possano raggiungere i punti necessari.

### La teoria alla base della tecnica

La Token Economy è una tecnica tipica della psicologia comportamentale, e si basa sulla teoria dei rinforzi. Tecnicamente, il rinforzo può essere definito come la conseguenza positiva di una risposta comportamentale che ha l'effetto di rendere tale risposta più probabile in futuro. Se un bambino riceve una gratificazione tutte le volte che legge un brano di un libro, è più probabile che continuerà a leggere anche nei giorni seguenti. I rinforzi sono per definizione sempre conseguenze positive per il bambino. Quando si parla di rinforzi negativi, dunque, non si intende una punizione, ma il premiare il bambino attraverso la sottrazione di un evento per lui spiacevole o negativo. Ad esempio, se il bambino si annoia a lezione e quindi disturba, la decisione di mandarlo fuori dalla classe potrebbe essere considerata un premio per lo studente, in quanto è stato sottratto da una situazione per lui spiacevole (rinforzo negativo). Questo potrebbe

aumentare dunque la frequenza dei comportamenti di disturbo, ottenendo così un risultato opposto rispetto alle aspettative dell'insegnante.

I rinforzi sono virtualmente infiniti e di molteplici tipologie. Ai livelli più bassi ci sono i rinforzi molto concreti e tangibili (es. una caramella o un giocattolo). Ai livelli più alti ci sono i rinforzi simbolici (es. un gettone, da accumulare), sociali (es. un sorriso, o la vicinanza fisica), informativi (es. un feedback su come è andata una prestazione).

Possiamo, inoltre, distinguere tra rinforzi estrinseci (non collegati al comportamento che viene rinforzato) ed intrinseci (diretta conseguenza del comportamento). Lo scopo del lavoro educativo consiste spesso nello spostare il controllo dei comportamenti positivi da rinforzi estrinseci a quelli intrinseci. Il rinforzo intrinseco infatti produce motivazione intrinseca e quando un comportamento è intrinsecamente motivante si riprodurrà da sé.