

Riconoscere e gestire il Disturbo Oppositivo Provocatorio (DOP)

1. Cos'è il DOP e come riconoscerlo?

Il Disturbo Oppositivo Provocatorio (DOP) rientra nei Disturbi da Comportamento Dirompente e si manifesta con modalità relazionali disfunzionali e persistenti verso figure di autorità, accompagnate da rabbia, provocazioni e atteggiamenti vendicativi.

Si presenta spesso in adolescenza, una fase già complessa per i naturali cambiamenti fisici, emotivi e identitari. L'opposizione in sé è una tappa fisiologica e necessaria del percorso evolutivo, ma nel DOP essa assume un'intensità, durata e impatto che compromettono seriamente la relazione con l'altro, la partecipazione scolastica e il benessere individuale. Gli Indicatori del DOP possono includere:

- Umore collerico e irritabile (collere frequenti, permalosità, risentimento).
- Comportamento polemico/provocatorio (litigi con adulti, sfida delle regole, atteggiamenti deliberatamente irritanti).
- Tendenza a incolpare gli altri e mancanza di responsabilità per i propri errori.
- Vendicatività o atteggiamenti dispettosi.

Il DOP non è una scelta intenzionale o una forma di maleducazione. Studi recenti mostrano importanti difficoltà metacognitive nei ragazzi con DOP, in particolare nella capacità di mentalizzazione e consapevolezza degli stati mentali altrui. Queste fragilità compromettono l'empatia, la lettura delle intenzioni degli altri e la valutazione dell'impatto delle proprie azioni.

2. Caso studio: Gabriele

Gabriele presenta un DOP con manifestazioni molto evidenti. È spesso collerico, facilmente contrariato, mostra atteggiamenti provocatori e fatica a rispettare l'autorità. Litiga frequentemente con gli insegnanti, si rifiuta di seguire le regole e provoca deliberatamente compagni e adulti.

In molte occasioni accusa gli altri per i suoi comportamenti o per le conseguenze delle sue azioni. È anche vendicativo e talvolta mette in atto comportamenti dispettosi.

Nonostante queste manifestazioni esterne, Gabriele è un ragazzo con fragilità profonde: la sua

capacità di comprendere i pensieri e i sentimenti degli altri è limitata. Non percepisce l'impatto delle sue parole e azioni, e interpreta male le intenzioni altrui.

Perché fa così?

Mentalizzazione: Ha difficoltà a comprendere gli stati mentali degli altri e a prevedere le conseguenze del proprio comportamento.

Autoregolazione: Si lascia sopraffare dalla rabbia e reagisce impulsivamente.

Vulnerabilità: Spesso vive in un contesto relazionale disorganizzato, ha una storia familiare complessa e modelli disfunzionali.

Identità ferita: La sua oppositività è anche un modo per proteggersi da ulteriori delusioni e ferite affettive.

Cosa fare:

- **Fermarsi:** Fermarsi per non controreagire e per dare il tempo di riconnettersi con il proprio autocontrollo.
- **Immergersi per vedere cosa c'è sotto l'iceberg:** Considerare il comportamento problematico come un messaggio che racchiude bisogni, emozioni, desideri e ricordi, cercando di comprenderne il significato.
- **Validazione:** Quando l'emozione è intensa, validare il sentimento con frasi che riconoscano il diritto di provare rabbia ("Ok, sei arrabbiato... è umano").
- **Riduzione dell'intensità emotiva:** Aiutare a calmarsi usando una voce calma, frasi brevi e supporti che attivino strategie di autoregolazione (es. respirazione, immaginazione di un luogo piacevole, ripetizione di un mantra).
- **Rielaborazione:** Facilitare la riflessione sul comportamento con domande procedurali e ipotesi alternative per favorire una lettura più complessa della situazione.
- **Intervento mirato e graduale:** Procedere "un passo alla volta", scegliendo il comportamento problematico da intervenire per primo, evitando di aggredire contemporaneamente tutti gli aspetti negativi.
- **Creare un clima di rispetto:** Favorire un ambiente di classe in cui il rinforzo positivo (lodi, feedback, valorizzazione delle risorse) sia centrale; ad es., valorizzare le passioni di Gabriele (musica, sport, lingue) e utilizzare strumenti come il contratto comportamentale.

Cosa non fare:

- **Quando insulta i compagni:**
 - Non schierarsi contro di lui né definire il suo comportamento come “maleducato”.
 - Non adottare formule moralistiche che possano generare sensi di colpa.
- **Quando provoca l’insegnante:**
 - Non farsi trascinare in un conflitto diretto, evitando il sarcasmo e il tono minaccioso.
 - Non ignorare completamente il comportamento, poiché questo può essere interpretato come assenza di attenzione.

3. Caso studio: Jacopo

Jacopo manifesta un DOP meno evidente, con forme “silenziose” di opposizione. Tende all’isolamento, evita lo sguardo, rimane in silenzio, rifiuta il dialogo. Spesso dorme durante le lezioni, non per svogliatezza, ma per stanchezza cronica dovuta ai ritmi scolastici intensi e a lunghi spostamenti. Jacopo fatica nella pianificazione e organizzazione scolastica. Dimentica verifiche, consegna i compiti in ritardo e fatica ad avviare le attività.

Sul piano sociale, non riesce a relazionarsi con i compagni. Si sente escluso, e i giudizi ricevuti nel tempo lo hanno portato a proteggersi attraverso il ritiro.

Perché fa così?

Opposizione silenziosa: Il rifiuto passa attraverso il silenzio e l’assenza di reazione.

Affaticamento: Le energie richieste da scuola e viaggi sono superiori alla sua soglia di tolleranza.

Funzioni esecutive fragili: Ha difficoltà a gestire il tempo, pianificare, organizzare e mantenere la concentrazione.

Esclusione sociale: I vissuti negativi con i pari minano l’autostima e lo spingono a evitare relazioni per paura di ulteriori ferite.

Cosa fare:

- **Lavorare su di sé:** Riconoscere che anche l'operatore educativo può provare sentimenti di impotenza davanti a forme di opposizione silenziosa e lavorare sulle proprie reazioni per non isolarsi emotivamente.
- **Agire in punta di piedi:** Rispettare i tempi dell'alunno, procedendo con gradualità, così che Jacopo possa percepire al sicuro lo spazio per esprimersi.
- **Rinforzo positivo:**
 - Usare lodi realistiche, specifiche e misurate, basate sui progressi e non solo sul risultato.
 - Utilizzare lo sguardo come strumento fondamentale per trasmettere riconoscimento e supporto.
- **Attivare le risorse personali:** Incoraggiare l'alunno attraverso attività che coinvolgono i suoi interessi, ad esempio assegnandogli incarichi legati alla sua passione (come predisporre fotografie per le lezioni), per aumentare l'autostima e l'attivazione.
- **Attivazione del gruppo:** Favorire l'integrazione all'interno del gruppo tramite attività di Cooperative Learning, partendo con compagni con cui si sente maggiormente a suo agio e ampliando gradualmente la sua rete relazionale.
- **Pianificazione e pause:**
 - Concordare segnalazioni che indichino il bisogno di una pausa, per evitare l'esaurimento delle energie e consentire un recupero efficace.
 - Utilizzare strumenti di gestione del tempo (to-do list, planning) per organizzare meglio le attività quotidiane e aumentare la sensazione di autoefficacia.

Cosa non fare:

- **Non assumere un atteggiamento autoritario:**
 - Evitare frasi del tipo "Tu devi fare..." o "Devi partecipare!", che possono aumentare la resistenza dell'alunno.
 - Non instaurare conflitti win-lose, imponendo regole con rigidità ("Sono io l'insegnante, quindi decido io").
- **Non forzare l'integrazione:**
 - Non obbligare Jacopo a lavorare con compagni scelti contro la sua volontà, poiché ciò potrebbe rafforzare il suo sentimento di esclusione.

4. Disturbo oppositivo provocatorio e comorbidità

Il Disturbo Oppositivo Provocatorio raramente si presenta in modo isolato. Nella maggior parte dei casi, è associato ad altri disturbi che ne influenzano l'intensità, le modalità di espressione e l'intervento educativo necessario. È quindi fondamentale, nel lavoro con alunni che manifestano comportamenti oppositivi, mantenere uno sguardo clinico-educativo ampio, attento alle possibili comorbidità e alle loro implicazioni.

Possibili comorbidità:

- **Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA):** La frustrazione legata a difficoltà scolastiche può amplificare la rabbia e l'evitamento.
- **Disturbi da Deficit dell'Attenzione/Iperattività (ADHD):** L'impulsività, l'irrequietezza e la difficoltà a mantenere l'attenzione spesso si intrecciano con le manifestazioni del DOP.
- **Disturbi d'Ansia:** In alcuni casi, dietro l'opposizione si nasconde una forte ansia, che si esprime con rifiuto e chiusura.
- **Disturbi del tono dell'umore:** Irritabilità costante, bassa autostima e affaticamento emotivo possono essere segnali di una sofferenza più profonda.
- **Disturbi del comportamento dirompente e della condotta:** Nei casi più gravi, i comportamenti possono degenerare verso modalità ancora più aggressive e trasgressive.

Implicazioni educative:

Comprendere la possibile presenza di comorbidità aiuta a:

- Leggere i comportamenti in modo più complesso e articolato, evitando interpretazioni superficiali.
- Evitare etichette rigide, promuovendo invece un'osservazione continua e una risposta educativa flessibile.
- Costruire un progetto educativo personalizzato che tenga conto di tutte le fragilità e le risorse dell'alunno, in collaborazione con la famiglia e i servizi territoriali.