



ADHD

Dallo scontro all'incontro

A cura della dott.ssa Daniela Bertozzi

Psicologa- Assistente educativo culturale –
Specializzanda in Psicoterapia Cognitiva



ADHD

Deficit dell'Attenzione e Iperattività

L' **ADHD** è un **disturbo neurobiologico**, dovuto alla disfunzione di alcune aree e di alcuni **circuiti del cervello** ed allo squilibrio di alcuni **neurotrasmettitori** (come noradrenalina e dopamina), responsabili del controllo di attività cerebrali come **l'attenzione e il movimento**.

SINTOMI NUCLEARI

Questa patologia si manifesta con una modalità persistente di ***disattenzione, iperattività e impulsività*** che interferisce con il funzionamento sociale e scolastico.

SINTOMI della DISATTENZIONE

- Difficoltà nella **selezione**, nella **focalizzazione** e nel **mantenimento dell'attenzione**;
- **scarsa accuratezza**;
- difficoltà e **caoticità** nel processare le informazioni
- **ansia**;
- **timidezza**;
- **ritiro sociale**.

SINTOMI DELL'IPERATTIVITA'

- **Difficoltà a rimanere seduti** per un tempo congruo allo svolgimento di un'attività;
- **toccare qualsiasi oggetto** si trovi a disposizione;
- **saltare e correre in situazioni** in cui non è necessario/richiesto;
- **difficoltà nel rispettare regole, tempi e spazi**;
- **tendenza ad un eloquio eccessivo**, caratterizzato da uno scarso controllo del tono vocale.

SINTOMI DELL'IMPULSIVITA'

- Stato di **impazienza**;
- **difficoltà di controllo** delle proprie reazioni;
- **difficoltà a rispettare** il proprio turno gioco o di parola (risultando invadenti);
- necessità di ricevere **gratificazioni immediate**;
- tendenza a rispondere **con eccessiva velocità**;
- tendenza a formulare **commenti inadeguati/non richiesti/non pertinenti**;
- **mancata considerazione delle conseguenze** delle proprie azioni;
- tendenza a **esporsi a potenziali rischi o pericoli** (ad esempio attraversare la strada in maniera incauta).

DIFFICOLTA' DI AUTOREGOLAZIONE

Il ragazzo non sa regolare:

- **Concentrazione e attenzione** sostenuta nel tempo
- Processo di **pianificazione e soluzione di problemi**
- Livello di **autostima** (sono bravissimo - non so fare niente)
- **Comportamento con gli altri** rispettando le più comuni regole sociali
- **Comportamento motorio**
- **Capacità di rispondere in modo adattivo a certe emozioni** (rabbia, frustrazioni)
- **Livello di motivazione**, fiducia nell'impegno e nello sforzo

NON TOLLERA ...

Le frustrazioni

Gli sbagli

Lo sforzo mentale costante

L'attesa del risultato

IMPLICAZIONI PSICOLOGICHE DEL DISTURBO

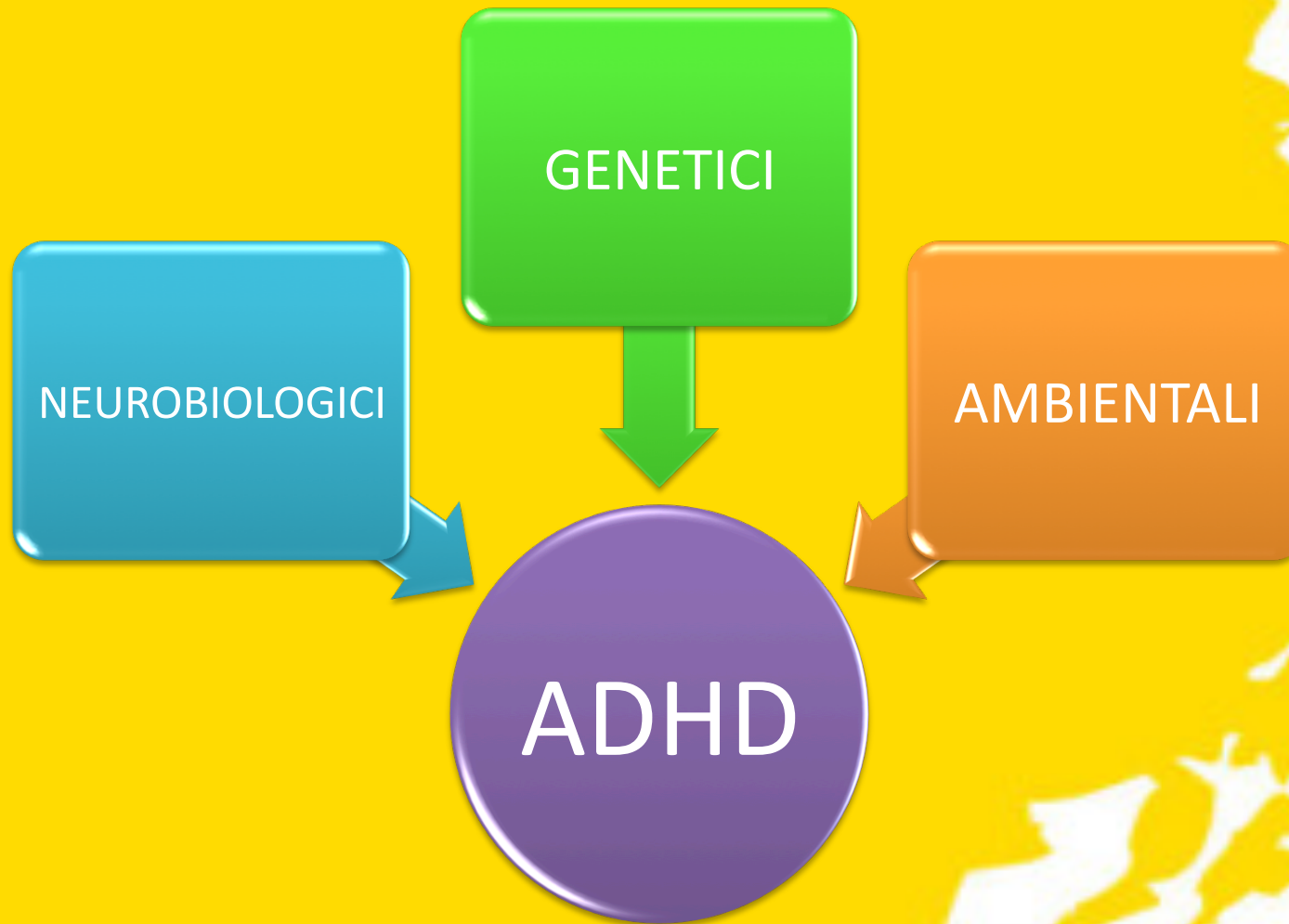
L'autostima dei bambini/adolescenti è compromessa dal giudizio negativo degli altri

Si sentono spesso rifiutati e non amati

Si vedono poco intelligenti e non hanno fiducia in se stessi

• Possono manifestare comportamenti autodistruttivi

FATTORI EZIOLGICI



I FATTORI AMBIENTALI

modulano i fattori biologici

Instabilità familiare

Conflitto genitoriale

Disturbi psicologici dei genitori

Scarsa competenza genitoriale

Rapporto negativo bambino-genitore

LA SINTOMATOLOGIA

SI RIDUCE

- In setting strutturati
- In situazioni nuove
- In attività interessanti quando il bambino è seguito individualmente
- In contesti sorvegliati
- Se ricompensato spesso durante attività brevi

PEGGIORA

- In setting non strutturati
- Durante attività ripetitive, lente e impegnative
- In presenza di fattori distraenti
- In assenza di sorveglianza

STRUTTURARE L'INTERVENTO

ACCOGLIENZA

INTRODUZIONE DELL' ARGOMENTO

FASE ESPRESSIVA

ASCOLTO DELLA PAROLA

RIELABORAZIONE E SPERIMENTAZIONE

Le classiche misure disciplinari sono controproducenti

- Minacce di punizione → oppositività/chiusura
- Rimproveri → disistima e disinvestimento
- Esclusione dalle attività → vantaggio secondario



STRATEGIE COMPORTAMENTALI

INSTAURARE DELLE ROUTINE

STABILIRE DELLE REGOLE

OFFRIRE INFORMAZIONI di RITORNO

UTILIZZARE STRATEGIE di RINFORZO

INSTAURARE DELLE ROUTINE

Tutte le **regolarità** e le **scadenze prestabilite** aiutano il bambino a comprendere

COSA

COME

QUANDO

STABILIRE DELLE REGOLE

Avere **regole chiare e condivise** da tutti consente di:

- Organizzare i propri spazi e i tempi
- Sapere in anticipo quali azioni sono errate
- Prevedere con anticipo esiti e conseguenze.

Le regole vanno **scritte ed esposte** e vanno **stabilite** coinvolgendo i ragazzi, dando loro modo di discuterle (approvarle/modificarle)

LE REGOLE

- Devono essere **proposizioni positive** e non divieti

Esempio:

Vietato / Non alzarsi prima della fine della attività → ***Alzarsi alla fine dell'attività***

Vietato /Non parlare senza il permesso dell'adulto → ***Alzare la mano per 5 secondi per chiedere la parola***

LE REGOLE

- Devono essere **semplici ed espresse** chiaramente, non devono risultare generiche
- Devono **descrivere azioni** in modo operativo (comportamento corretto)
- Dovrebbero utilizzare **simboli pittorici colorati**
- Devono essere **poco numerose**

STABILIRE I TEMPI

I ragazzi con ADHD sono poco abili nel fare stime realistiche di:

Grandezza

Tempo

Quantità

Difficoltà

Lavorare con i tempi stabiliti li aiuta nella pianificazione.

Bisogna però **accorciare i tempi di lavoro** prevedendo delle **pause frequenti**.

TEMPI di LAVORO

Pochissimo tempo



Poco tempo



Tempo medio



Molto tempo



GRADI di DIFFICOLTÀ'

ALLA MIA
PORTATA

DIFFICILE



FACILE

OFFRIRE INFORMAZIONI di RITORNO

- Spiegare perché si è verificata una certa conseguenza
- Riflettere sulle alternative
- Presentare l'argomento in modo stimolante (con figure, audio-video, ponendo quesiti)
- Variare il tono di voce
- Ricorrere spesso al canale visivo

UTILIZZARE STRATEGIE DI RINFORZO

Rinforzi positivi:

Tangibili → premi materiali

Sociali → manifestazioni di approvazione e affetto

Simbolici → bollini o punti che si traducono in altri rinforzi

Dinamici → attività gratificanti o privilegi particolari

PER USARE IL RINFORZO

- Scegliere il comportamento da incrementare
- Scegliere il rinforzo
- Applicare il rinforzo
- Attenuazione

COME COMPORTARSI

COMPORTEAMENTO
ADEGUATO

- RINFORZO

COMPORTEAMENTO
INADEGUATO NON
GRAVE

- IGNORARE

COMPORTEAMENTO
PROBLEMA GRAVE

- COSTO DELLA RISPOSTA
- RINFORZO NEGATIVO

COSTO DELLA RISPOSTA

- Al comportamento inadeguato segue la perdita di un privilegio o di un'attività piacevole per il ragazzo
- Deve esserci una equa relazione tra punizione e gravità dell'azione
- Bisogna spiegare i motivi della perdita del privilegio e indicare il comportamento adeguato da adottare in seguito

RINFORZO NEGATIVO

- Azione priva di aggressività/ansia
- Neutra (non si deve tradurre in un attacco alla persona)
- Immediata
- Proporzionale alla gravità
- Legata solo al comportamento inadeguato

NELLA FASE DI RIELABORAZIONE

Condurre più attività contemporaneamente in piccoli gruppi

Impegnare attraverso attività diversificate

Proporre giochi non competitivi

OBIETTIVO BASILARE

**Promuovere una reale ed efficace
inclusione del ragazzo con ADHD nel
gruppo dei pari.**

Per saperne di più ...

- R. D'Errico - **ADHD: dalla clinica, alla scuola, alla famiglia**. Edizioni AIFA Onlus II Edizione 2007
- Loos S. - **Importante è partecipare. Giochi per l'educazione alla diversità**. Elle Di Ci, Torino
- D. Novara - **La grammatica dei conflitti – L'arte maieutica di trasformare le contrarietà in risorse**. Edizioni Sonda
- D. Novara – **Litigare con metodo – Erickson 2013**
- P. Quinn, J. Stearn - **50 giochi e attività per ragazzi con ADHD – Erickson 2014**

A portata di click



<http://qumran2.net>

**Grazie per
l'attenzione**

