

LA SINDROME DI PIERINO, di Daniele Fedeli (*)

I confini tra normalità e patologia, tra ciò che può essere ricondotto ad un ambito di semplice difficoltà e ciò che invece viene etichettato come bisognoso di cure specialistiche, sono definiti dalla psichiatria in base a sistemi di classificazione (ICD-10 e anche DSM) che, proprio perché scientifici, possono essere messi in discussione, ed infatti variano nel tempo. Attorno al proliferare di diagnosi DDAI ci sono molte perplessità, che lasceremo per ora in disparte, perché quel che ci interessa qui è capire quali strategie si sono rivelate più efficaci per aiutare quei bambini che, con diverse gradazioni d'intensità, manifestano difficoltà relative all'attenzione, all'iperattività e alla memoria di lavoro. Insomma, come aiutare a contenere i comportamenti più esplosivi e socialmente disturbanti? come dare strumenti per rendere più capaci di gestire la propria autonomia e l'apprendimento scolastico? Non entreremo nel merito dell'utilizzo di farmaci nei casi più gravi (argomento questo molto controverso, che esula dalle competenze di chi scrive), per concentrarci sugli aspetti che riguardano la gestione dei comportamenti e il potenziamento delle abilità. -La "gestione delle contingenze". Innanzitutto l'adulto deve identificare quali sono i comportamenti che desidera modificare nel bambino e l'ambito in cui solitamente si verificano, definire quali sono le priorità e quindi stabilire contratti con regole chiare. Definire poche regole, commisurandole alle possibilità del bambino e descrivergli di volta in volta, con molta chiarezza, il comportamento atteso, prevedendo anche delle gratificazioni o dei costi: va aiutato insomma il bambino a capire come può correggersi, perché non è in grado da solo di farlo (ricordiamo che lui non si diverte a comportarsi male, semplicemente non riesce a fare diversamente). I messaggi vanno inoltre formulati in maniera molto diretta, senza giri di parole che possano confonderlo e vanno dati uno per volta perché possa gestirli senza dimenticarli. A fronte dei comportamenti disturbanti e oppositivi, le punizioni si rivelano spesso inefficaci ed inoltre si entrerebbe in una escalation senza fine; la strategia migliore sembra essere quella dell'estinzione, che consiste nell'ignorare il bambino ogni volta che si comporta in modo provocatorio (a meno che non ci sia pericolo per sé e per gli altri). Inoltre va ricordato che un bambino iperattivo si stanca facilmente e che il suo comportamento peggiora nettamente in situazioni ripetitive e poco motivanti. - Le strategie di autocontrollo cognitivo. Anche in questo ambito, dove tende ad agire in modo caotico e disordinato, il bambino va aiutato ad acquisire delle strategie di autoregolazione: l'adulto mostra come un compito va eseguito, fornendosi delle istruzioni ad alta voce in modo da dettagliare i segmenti di comportamento che costituiscono una sequenza operativa ("ora prendo il libro, cerco la pagina, la leggo tutta senza fermarmi"); il bambino potrà all'inizio aiutarsi con questi auto-comandi espressi a voce alta, finché non avrà interiorizzato la sequenza. Compiti troppo lunghi o complessi andranno spezzati in parti più piccole, per mantenere la capacità di attenzione e il controllo sull'obiettivo da raggiungere. Va anche curato l'ambiente di lavoro, che non deve contenere troppi stimoli distraenti (es.: quando si fanno i compiti tenere sul tavolo solo l'indispensabile) e mantenuta sempre viva la motivazione (il bambino iperattivo si annoia presto). -L'insegnamento delle abilità sociali. Per contrastare la tendenza all'isolamento o la difficoltà a mantenere le amicizie, è fondamentale insegnare quelle abilità sociali di cui il bambino è carente. Anche qui sarà l'adulto a dover mostrare i comportamenti sociali adeguati (come chiedere qualcosa senza essere aggressivi, come risolvere un conflitto, come conversare senza interrompere l'interlocutore, ecc.), facendoli poi ripetere in una situazione simulata. Prima di affrontare ambienti in cui si prevede lo scatenarsi di

*Campagna sociale nazionale
contro gli abusi nella prescrizione
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti*

*Tratto dalla sezione "Ricerca Scientifica" di www.giulemanidaibambini.org
Sezione a cura del Dott. Claudio Ajmone*

comportamenti agitati (come le feste di compleanno), ricordare al bambino come si dovrà comportare ed intervenire quando si intuisce che sta entrando in crisi. Per aumentare le competenze sociali va inoltre coltivata la capacità di riconoscere i propri sentimenti e di prevedere quelli altrui, la capacità di ascoltare gli altri e di prevedere le reazioni alle nostre azioni. Sempre si dovrà tener presente che un bambino iperattivo ha un basso senso di sé, si sente un fallimento, ed è per questo che va valorizzato nei suoi aspetti positivi, va sostenuto ed incoraggiato, facendogli sentire la nostra fiducia in lui.

() articolo tratto dai contenuti del corso "La sindrome di Pierino: il controllo dell'iperattività", tenuto a Tolmezzo dal dott. Daniele Fedeli, docente di Psicopatologia clinica dell'Università di Udine.*