Una bambina con difficoltà di autoregolazione

Le difficoltà di autoregolazione che tipicamente incontrano i bambini con Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività (ADHD) spesso si ripercuotono negativamente anche nei rapporti con i coetanei.

di Cesare Cornoldi, Mariachiara Casadio 1 minuto di lettura 15 dicembre 2020



Le relazioni sociali, infatti, implicano elementi come la condivisione, la collaborazione, la turnazione, l'attenzione e il controllo delle risposte impulsive. Queste e altre capacità sembrano essere carenti nei bambini con ADHD, che, in conseguenza a ciò, non di rado subiscono episodi di allontanamento e rifiuto da parte dei pari, sperimentando disagio emotivo, perdita di autostima e rischio di autoisolamento.

Per tali motivi, l'intervento in gruppo rappresenta spesso una modalità di lavoro estremamente utile. Tale tipologia favorisce l'emergere di abilità relazionali più efficaci e di comportamenti più adattivi rispetto a quelli che i bambini con queste caratteristiche sono soliti mettere in atto.

Al fine, quindi, di incrementare le competenze tipicamente carenti, può risultare utile, nel caso di bambini con ADHD, un lavoro di potenziamento delle abilità attentive e di regolazione del comportamento svolto in un piccolo gruppo omogeneo per età e caratteristiche, piuttosto che in forma individualizzata.

Il caso di Margherita

Margherita (il nome è di fantasia) è una bambina di 10 anni, in procinto di iniziare il quinto anno della scuola primaria, che è stata portata al nostro Centro. Dalla valutazione psicodiagnostica si è evidenziato un profilo di Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività con disattenzione predominante, in compresenza con un Disturbo Specifico dell'Apprendimento a carico dei processi di lettura. Si sono evidenziate, inoltre, marcate difficoltà di apprendimento nella componente ortografica della scrittura e nelle procedure di calcolo.
Durante gli incontri di valutazione, Margherita ha mostrato una buona consapevolezza delle proprie difficoltà, ma sono risultati evidenti segni di tensione e preoccupazione verso le prove proposte e il contesto: in alcuni casi la bambina ha mostrato un iniziale rifiuto di svolgere le attività perché percepite come troppo difficili. Si sono evidenziati, inoltre, irrequietezza motoria (posizione scomposta sulla sedia, movimenti delle gambe sotto il tavolo), facile distraibilità e tempi di attenzione molti ridotti.
Tuttavia è apparso che le difficoltà emotive e relazionali costituiscano un problema prioritario. La scarsa tenuta attentiva, la marcata impulsività e l'irrequietezza motoria inducono spesso Margherita, nella quotidianità, a voler predominare sui coetanei, ad avere accessi di rabbia, a mettere in atto comportamenti prepotenti nei confronti dei compagni senza rispettare le regole e le esigenze altrui, con conseguente allontanamento da parte degli amici. La famiglia e la stessa bambina riferiscono che gli amici non la invitano alle feste di compleanno e spesso Margherita non viene coinvolta nei giochi di squadra. A lungo andare, tutto questo potrebbe avere conseguenze spiacevoli sul piano emotivo e sviluppare in Margherita pensieri disfunzionali: "Sono antipatica, nessuno mi vuole bene, tutti mi evitano perché sono cattiva".

L'intervento in piccolo gruppo

Si è deciso di proporre un intervento autoregolativo di gruppo che ha visto coinvolti, oltre a Margherita, altri due bambini con caratteristiche simili, ma di un anno più giovani.
Il percorso, svolto durante l'estate, si è articolato in sei incontri della durata di due ore ciascuno nell'arco di due settimane. Vi è poi stato un settimo incontro rivolto ai genitori, per commentare il lavoro svolto, riflettere sulle caratteristiche dei loro bambini, fornire feedback sui risultati ottenuti e valutare l'eventualità di un progetto di intervento futuro.

Durante i sei incontri di gruppo gli obiettivi principali del lavoro hanno riguardato attività:

- di potenziamento dell'attenzione visiva;

- di potenziamento dell’attenzione uditiva;
- di potenziamento per la gestione e il controllo degli impulsi sul piano sia verbale sia motorio;
- mirate al riconoscimento e alla gestione delle proprie e altrui emozioni, riconoscendone anche le manifestazioni fisiologiche.

Durante tutto il percorso è stato fondamentale sostenere i bambini, attraverso continui rinforzi verbali, per il raggiungimento di piccoli obiettivi, incoraggiandoli, riconoscendone l’impegno e la costanza. Infatti, al fine di favorire una riduzione dei comportamenti maggiormente critici, è più funzionale privilegiare l’uso dell’incoraggiamento piuttosto che della punizione.
Margherita, in particolare, ha tratto beneficio dal rinforzo dell’adulto, dimostrandosi tenace anche durante le attività più impegnative.
Si sono potuti apprezzare alcuni miglioramenti sul piano del comportamento già a partire dai primissimi incontri. Tra i bambini del gruppo si è creata fin da subito una bella sinergia, probabilmente data dal fatto che percepivano negli altri le loro stesse caratteristiche. Il più delle volte Margherita si è dimostrata collaborativa, ha partecipato con interesse a quasi tutte le attività proposte, ha spesso aiutato e incoraggiato i compagni (che, lo ricordiamo, avevano un anno meno di lei) nei momenti di difficoltà, dimostrandosi di grande aiuto e supporto.

Questo percorso ha permesso ai bambini non solo di conoscere e sviluppare abilità prettamente legate all’attenzione e all’autocontrollo, ma anche di sperimentare il successo nei rapporti tra pari e in relazione alla figura dell’adulto.