

LA TERAPIA PSICO- COMPORTAMENTALE

Gian Marco Marzocchi
Università di Milano-Bicocca



PANORAMICA

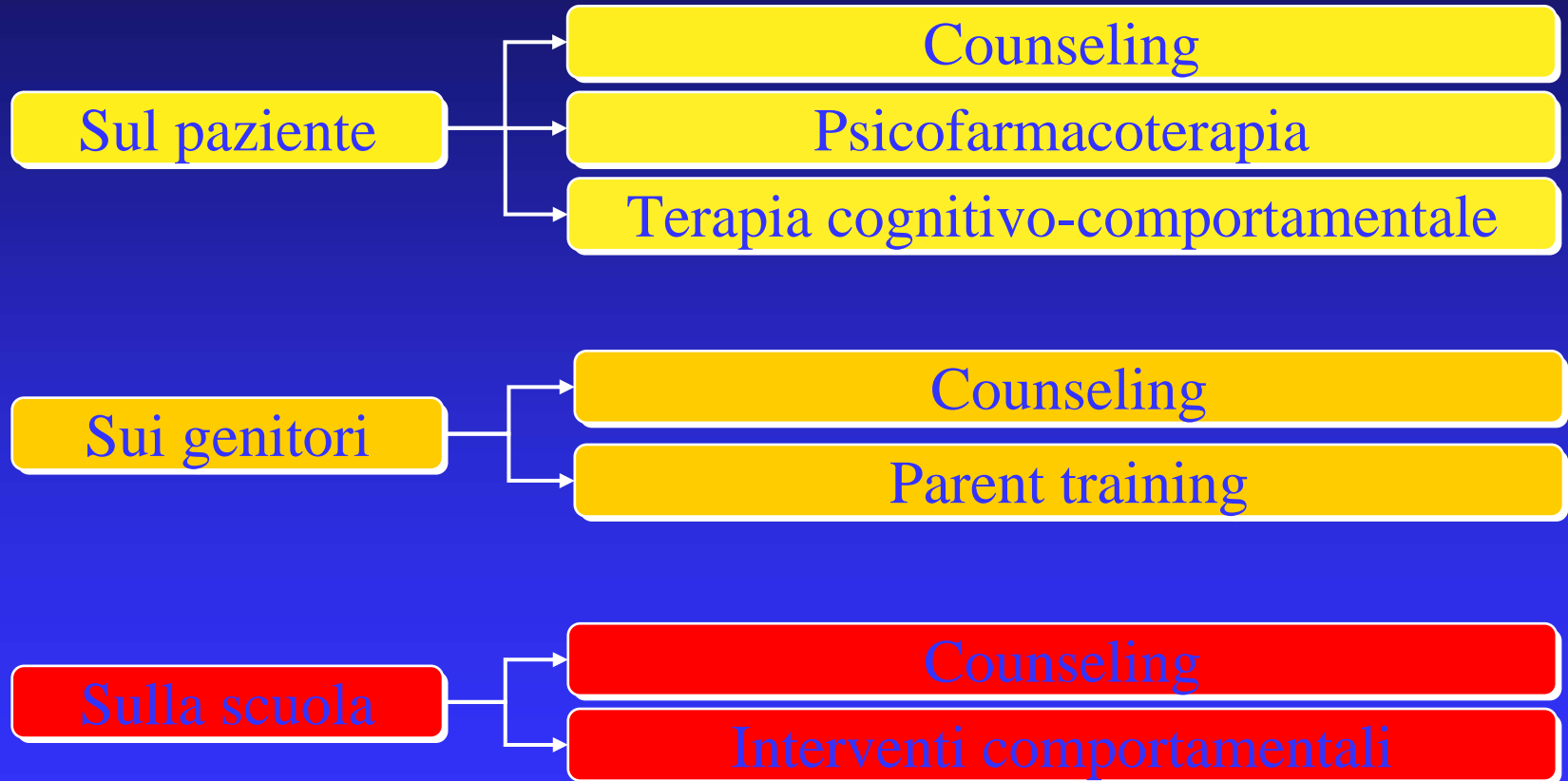
Scopi e obiettivi del trattamento

- ◆ Ridurre i sintomi dell'ADHD
- ◆ Ridurre i sintomi in comorbidità
- ◆ Ridurre il rischio di ulteriori complicazioni
- ◆ Favorire più consapevolezza nel paziente e nell'ambiente rispetto al disturbo
- ◆ Adattare l'ambiente ai bisogni del paziente
- ◆ Migliorare le capacità di adattamento di paziente, genitori, insegnanti *et al*
- ◆ Cambiare l'atteggiamento negativo

Più attenzione che terapia

PANORAMICA

Interventi



EFFICACIA DEGLI INTERVENTI ⇨

■ Psicofarmacoterapia

- ◆ Efficacia a breve termine dimostrata
- ◆ Efficacia a lungo termine documentata solo fino a 2 anni

■ Parent training

- ◆ Efficacia a breve termine dimostrata
- ◆ Efficacia a breve e lungo termine in bambini con disturbo oppositivo-provocatorio

Gli interventi citati sono ordinati secondo le loro prove di evidenza (il primo è quello con evidenze maggiori) e non secondo il rispettivo livello di applicazione

← EFFICACIA DEGLI INTERVENTI

■ **Interventi sul comportamento a scuola**

- ◆ Efficacia a breve termine dimostrata

■ **Psicoterapia con il paziente**

- ◆ Utile un training per l'autogestione e per le capacità sociali
- ◆ Meno efficace un training per l'autoistruzione
- ◆ Non sono state valutate terapie non centrate sul comportamento

Gli interventi citati sono ordinati secondo le loro prove di evidenza (il primo è quello con evidenze maggiori) e non secondo il rispettivo livello di applicazione

CONSULENZA

Principi base per i medici

- ◆ Chiedere ai genitori, ai bambini e alle altre persone coinvolte la loro opinione sul problema e sulla possibile soluzione
- ◆ Informare tutte le persone coinvolte su ADHD e relativi problemi associati
- ◆ Riferire a tutte le persone coinvolte le opzioni di intervento
- ◆ Sviluppare insieme un piano di trattamento
- ◆ Indicare a genitori e parenti come interagire con il paziente nella vita quotidiana
- ◆ Presentare materiale informativo
- ◆ Sviluppare possibilità di auto-organizzazione e di auto-controllo con i bambini più grandi/adolescenti

CONSULENZA

Principi base per i genitori

- ◆ Rafforzare un rapporto positivo con il bambino
- ◆ Stabilire regole chiare
- ◆ Gratificare spesso il bambino senza posticipare
- ◆ Essere coerenti con le regole e relative conseguenze positive e negative
- ◆ Tentare di prevedere i problemi
- ◆ Non cercare di essere perfetti
- ◆ Cercare di mantenere un clima rilassato
- ◆ Fare qualcosa di carino per se stessi

L'inadeguatezza dei genitori non è la causa principale!

CONSULENZA

Principi base per gli insegnanti ⇨

- ◆ Determinare il numero e la posizione degli alunni problematici in classe
- ◆ Fare lezioni ben strutturate e differenziate
- ◆ Rafforzare un rapporto positivo con il bambino
- ◆ Spiegare i problemi alla classe
- ◆ Stabilire regole chiare

CONSULENZA

⇐ Principi base per gli insegnanti

- ◆ Gratificare spesso il bambino senza posticipare
- ◆ Essere coerenti con le regole e relative conseguenze positive e negative
- ◆ Aiutare l'autogestione
- ◆ Restare in stretto contatto con i genitori del bambino; quest'ultimo è un processo bidirezionale!

MODIFICA DEL COMPORTAMENTO

Obiettivi

■ Parent training

- ◆ riduzione dei problemi comportamentali ed emotivi a casa
- ◆ miglioramento del rapporto genitori-bambino

■ Modificazione del comportamento in classe

- ◆ riduzione dei problemi comportamentali ed emotivi a scuola
- ◆ miglioramento del rapporto insegnante-bambino

■ Terapia cognitivo-comportamentale (CBT) con il bambino

- ◆ riduzione dei problemi comportamentali ed emotivi
- ◆ miglioramento di abilità sociali e accademiche

PARENT TRAINING

Errori frequenti e inconsapevoli

- I genitori hanno bisogno di:
 - Ridefinire le attribuzioni dei comportamenti del figlio
 - Riprendere il controllo della situazione, sapendo che sono loro a decidere in casa
 - Riconoscere che il loro comportamento influenza quello del figlio
 - Essere consapevoli che le minacce non mantenute sono dannose dal punto di vista educativo
 - Le ripetute raccomandazioni non servono a nulla: bisogna agire e non predicare

PARENT TRAINING

indicazioni di maggiore efficacia

- Età prescolare
- Disturbi associati (ansia, ODD)
- Assenza di ADHD nelle madri
- Assenza di tratti depressivi o ansiosi nei genitori
- Età omogenee
- Buon rapporto coniugale
- Partecipazione di gruppo
- Livello Socio-Economico non basso

PARENT TRAINING

Interventi comportamentali

- ◆ Analizzare con i genitori pensieri e comportamenti da loro prodotti di fronte alle situazioni problematiche (preparazione al cambiamento)
- ◆ Analizzare ed eventualmente stabilire regole e routine familiari
- ◆ Identificare precisamente i problemi comportamentali. Monitorare i progressi del bambino
- ◆ Analizzare le conseguenze positive e negative di un comportamento appropriato o problematico
- ◆ Se le interazioni positive avvengono raramente, migliorare le abilità di assistenza
- ◆ Insegnare metodi efficaci di comando e rinforzo positivo
- ◆ Prevedere appropriate conseguenze negative per comportamenti problematici

PARENT TRAINING

⇐ Interventi comportamentali

- ◆ Adottare una *token economy* e/o rapporti quotidiani per rinforzare il comportamento appropriato
- ◆ Adottare il costo della risposta per ridurre il comportamento problematico
- ◆ Adottare il “time out” per gravi forme di disobbedienza
- ◆ Far partecipare attivamente il bambino utilizzando l’autogestione
- ◆ Continuare supporto e contatto per tutto il tempo necessario, impiegando sessioni di richiamo (booster) per prevenire eventuali ricadute
- ◆ Ristabilire il contatto in occasione di importanti modifiche ambientali (per es. cambio di scuola, adolescenza)

Applicazioni del Parent Training

- Un ciclo di parent training deve durare almeno 4 mesi (circa 8-9 incontri)
- Meglio se applicato in gruppo (5-6 coppie)
- Utile raccogliere delle misure pre e post trattamento sui comportamenti del bambino e sul Senso di Competenza dei genitori
- Necessario prevedere momenti di discussione sul rapporto con la scuola
- Esiste un manuale con il materiale di lavoro: Vio et al (1999). *Il bambino con deficit di attenzione/iperattività*. Edizioni Erickson.

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

- È necessario tenere conto di:
 - Le interpretazioni dell'insegnante sui comportamenti problematici
 - Le esigenze scolastiche (quantità di alunni, diversità e problematiche, insegnanti a disposizione)
 - Le necessità dell'alunno (profilo cognitivo, specifiche difficoltà comportamentali, problematiche familiari o sociali)

- La consulenza sistematica si struttura in 3 fasi:
 1. Osservazione
 2. Riflessioni su spazi, tempi e attenzione
 3. Strategie comportamentali

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

■ 1. Fase di osservazione

- A. Osservazione e identificazione dei comportamenti problematici attraverso misurazioni dirette ed indirette (Schede e questionari)
- B. Sintesi dei risultati raccolti
- C. Analisi della relazione tra apprendimento e comportamento

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

- 1A. Identificazione dei comportamenti problematici
- Elencare liberamente i comportamenti problematici
- Indicare quali circostanze, situazioni o eventi si possono collegare ai comportamenti problematici
- Descrivere cosa fa esattamente il bambino quando manifesta il comportamento problematico (una descrizione per ogni comportamento problematico)
- Cosa fanno esattamente gli altri alunni mentre il bambino manifesta il comportamento problematico
- Fare una stima di quante volte si manifesta il comportamento problematico

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

- 2A. Riflessioni sulla gestione di spazio, tempo, presentazione della didattica
 - L'insegnante deve fare in modo che il bambino impari a conoscere il proprio ambiente in modo che questo diventi prevedibile e gestibile, attraverso il lavoro su diverse aree:
 - ◆ La definizione delle regole e delle routine scolastiche
 - ◆ L'organizzazione della classe (banchi, fonti di disturbo)
 - ◆ L'organizzazione dei tempi di lavoro (tempi di lavoro, di riposo)
 - ◆ L'organizzazione del materiale (uso del diario, della cancelleria, dei libri)

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

■ 2B. Riflessioni sull'attenzione degli alunni

- **Più che dare delle ricette è meglio indurre gli insegnanti a riflettere su quello che già fanno o che dovrebbero fare per favorire una maggiore attenzione degli alunni**
- Che strategie metto in atto per suscitare interesse verso la materia?
- E per evitare frequente disattenzione?
- Cosa faccio per semplificare un argomento complesso?
- Una volta formulata la domanda come sollecito la risposta?
- Come faccio a capire i livelli di attenzione degli alunni?
- Come ripristino l'attenzione degli alunni nel caso in cui sia diminuita?

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

■ 3. Strategie comportamentali

- A. Positive: fare un piano di rinforzi (non solo materiali), creando un inventario in base all'età e alle preferenze, cercando di evitare errori e farsi aiutare dai colleghi nel monitoraggio
- B. Negative: ignorare pianificato, uso dei rimproveri, conseguenze logiche, costo della risposta, punizioni con la noia o punizioni che richiedono impegno e sforzo

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

■ 3A. Strategie sulle conseguenze positive

- Identificare numerosi rinforzi scelti dagli alunni (materiali, sociali, privilegi o attività)
- Convertire i rinforzi materiali in simboli
- Commisurare il rinforzo al comportamento richiesto (che viene esplicitato), tenendo conto delle caratteristiche specifiche del bambino
- Rinforzare il comportamento, non la persona
- Evitare di aggiungere commenti negativi ai rinforzi positivi
- Auto-monitorare il modo con cui si dispensano i rinforzi
- Evitare errori frequenti: enormi rinforzi per enormi sforzi, rinforzare prima del comportamento atteso, rinforzare per far smettere un comportamento negativo

TEACHER TRAINING

Interventi comportamentali

■ 3B. Strategie sulle conseguenze negative

- **Ignorare pianificato**
- **Rimproveri centrati sul comportamento** (non sulla persona)
 - ◆ Descrizione del comportamento negativo
 - ◆ Spiegazione del motivo per cui è negativo
 - ◆ Descrizione del comportamento atteso
 - ◆ Conseguenze del comportamento atteso
- **Conseguenze logiche:** l'alunno è il "creatore" della conseguenza
- **Costo della risposta:** il b/o perde dei privilegi se commette azioni negative in base ad un accordo

Applicazioni del Teacher Training

- La consulenza agli insegnanti è molto importante per ottenere dei risultati con i bambini ADHD
- Si possono prevedere circa 3-4 incontri all'anno di consulenza sul caso, oppure organizzare corsi di formazione su larga scala con esemplificazioni e lavori sui casi singoli
- Esistono dei manuali contenenti materiali utili:
 - ◆ Cornoldi et al (2001). *Iperattività e autoregolazione*. Edizioni Erickson
 - ◆ Di Pietro et al (2001). *L'alunno iperattivo in classe*. Edizioni Erickson.

CONCLUSIONI

- I genitori, gli insegnanti e lo stesso bambino devono essere sempre coinvolti nella messa a punto di un programma terapeutico il quale deve essere individualizzato sulla base **dei sintomi più severi** e dei **punti di forza** identificabili nel singolo bambino.
- Gli interventi psicoeducativi, il P.T. e il T.T. in particolare, devono essere sempre considerati nel **piano di trattamento** dell'ADHD.