

La Spezia, 28 Settembre 2013
IL DISTURBO DA DEFICIT DI ATTENZIONE
E IPERATTIVITÀ



La regolazione emotiva nel Coping Power Program



Lisa Polidori, Pietro Muratori



Al di là delle nuvole:
Servizio per il trattamento dei disturbi
del comportamento in età evolutiva



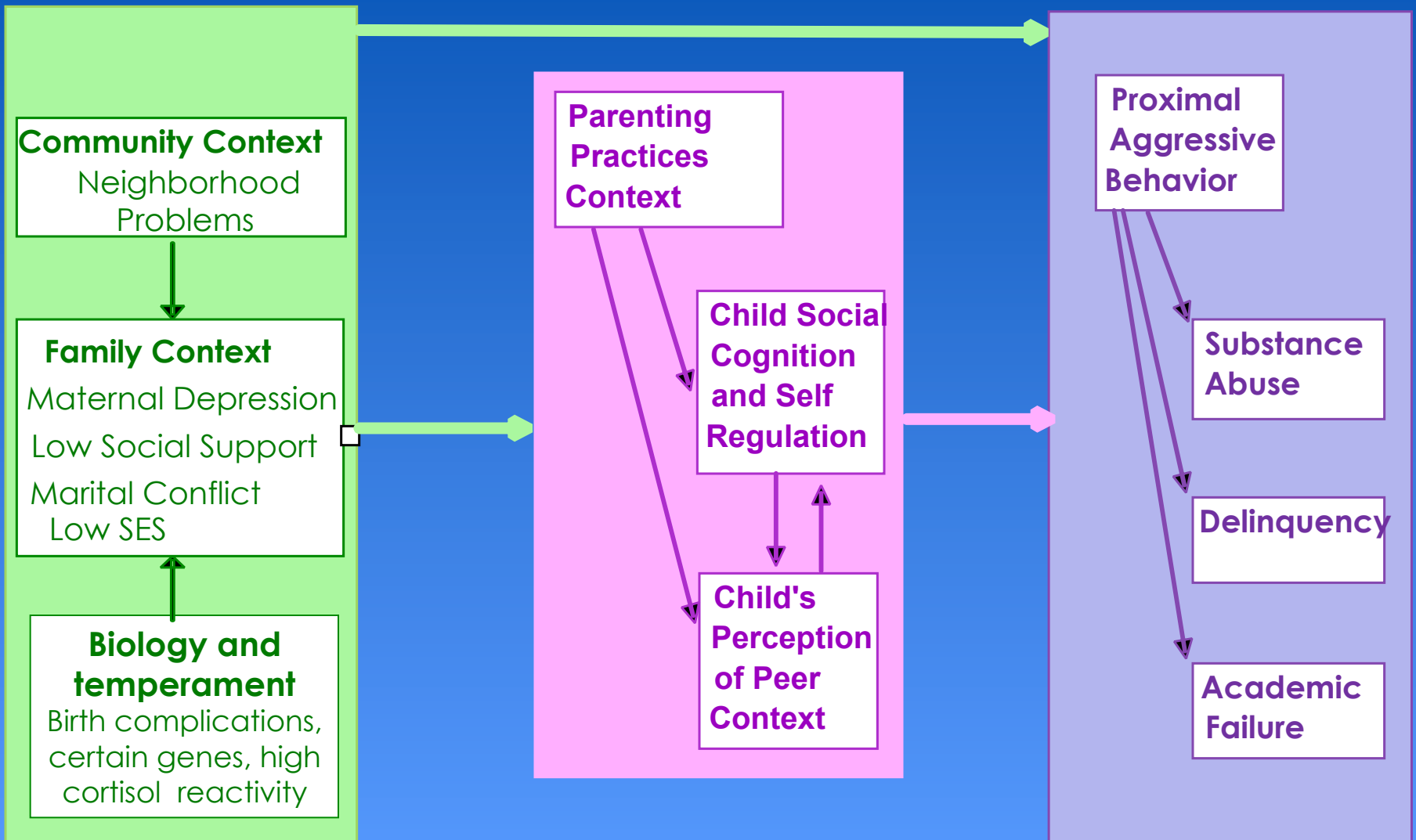
IRCCS - Fondazione Stella Maris - Pisa
per la Neuropsichiatria dell'Infanzia e
dell'Adolescenza

COPING POWER PROGRAM



Contextual Social Cognitive Model

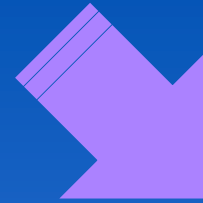
(Lochman e Weels,, 2002)



MODELLO sociocognitivo (CRICK E DODGE, 1994)



COPING POWER PROGRAM



BAMBINI

36 sessioni articolate in uno o più incontri di 60 minuti ciascuno

- ORGANIZZAZIONE e incremento delle ABILITÀ di STUDIO
- RICONOSCIMENTO dei segnali fisiologici e dei sentimenti legati alla rabbia
- Training indiretto ed "*in vivo*" sulla MODULAZIONE DELLA RABBIA
- Assunzione di punti di vista altrui e promozione delle ABILITÀ SOCIALI
- PROBLEM SOLVING in situazioni conflittuali

GENITORI

16 sessioni articolate in uno o più incontri di 60 minuti ciascuno

- Promozione delle abilità di ORGANIZZAZIONE dello STUDIO
- MODALITÀ EDUCATIVE più funzionali: gratificazione e attenzione positiva
- Attività per la modulazione dello STRESS GENITORIALE
- COMUNICAZIONE FAMILIARE e *problem solving* di situazioni conflittuali
- Rinforzo delle abilità di *problem-solving* acquisite dai bambini nel trattamento di gruppo

Tecniche cognitivo comportamentali nel CPP

- Utilizzo di frequenti gratificazioni (lodi) specifiche
- Modellamento di abilità di problem-solving e di autoregolazione emotiva
- Coinvolgimento dei bambini nel creare le “regole”
- Token economy (sistema a punti)
- Costo alla risposta (sistema di multe) per la violazione delle regole

Selezione dei bambini:

- Bambini di età compresa tra 9 e 12
- Diagnosi di Disturbo da Comportamento Dirompente (DOP, DC)
- Presenza di comorbidità con altri disturbi (ADHD, Dist. Dell'Umore)
- Livello cognitivo ≥ 85 QI

Dimensione del gruppo:

- 4 o 5 (massimo 6) bambini e due conduttori
gruppo chiuso a cui si può aggiungere un membro fino alla 12 sessione)

COPING POWER PROGRAM COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo
e sistema dei traguardi

-Organizzazione e abilità di
studio

- Consapevolezza emotiva e
attivazione fisiologia della
rabbia

-Training per la modulazione
della rabbia: autoistruzioni,
attività di distrazione e
rilassamento

-Assunzione di
prospettiva altrui

-Problem-solving sociale
in varie situazioni
(gruppo dei pari,
insegnanti, famiglia)

-Resistenza alla
oppressione dei pari e
aggregazione a gruppi
non devianti

Riconoscimento dei diversi stati emotivi

- Brainstorming sulle emozioni
- Che cosa ha provocato quell'emozione?
(le molle)

COPING POWER PROGRAM COMPONENTE DEI BAMBINI

-Struttura del gruppo
e sistema dei traguardi

-Organizzazione e abilità di studio

-Consapevolezza emotiva e
attivazione fisiologia della rabbia

-Training per la modulazione
della rabbia: autoistruzioni,
attività di distrazione e
rilassamento (SESSIONI 7-11)

-Cambiare punto di vista

-Problem-solving sociale
in varie situazioni
(gruppo dei pari,
insegnanti, famiglia)

-Resistenza alla
oppressione dei pari e
aggregazione a gruppi
non devianti

Fare pratica con le strategie di coping per la rabbia e con l'autocontrollo

ATTIVITA':

Gioco di memoria con le carte

Autocontrollo con il gioco del domino

- È stato difficile concentrarsi sui numeri?**
 - Come avete fatto a concentrarvi?**
 - Come avete fatto a mantenere l'autocontrollo?**
 - Stavate per arrabbiarvi?**
- La provocazione vi deconcentrava?**
 - Chi di voi ha vinto si è arrabbiato?**

Devo cercare di non arrabbiarmi.
Mi comporterò da adulto, non
scoppierò.
Resisti

Rimani calmo. Rilassati.
Rallenta. Respira profondo...
Non ha senso arrabbiarsi.

Posso usare il mio senso
dell'umorismo e fare una battuta.
Pensa a quello che vuoi per uscire
da questa situazione.
Pensa positivo.



Istruzioni per il respiro profondo

Mettetevi in una posizione comoda. Mettete una mano sul vostro stomaco e un'altra sul vostro torace. Inspirate lentamente e guardate quale delle due mani si muove. I respiri poco profondi fanno muovere la mano sul torace, i respiri profondi fanno muovere la mano sullo stomaco. Adesso, lentamente, inspirate dal vostro naso. Mentre voi inspirate, contate lentamente fino a tre e sentite il vostro stomaco che si espande sotto la vostra mano. Trattene il respiro per un secondo e quindi lentamente espirate mentre di nuovo contate fino a tre. Mentre voi inspirate, pensate alla parola «inspira». Quando espirate, pensate alla parola «rilassati».

Inspira 1... 2... 3.

Trattieni 1...

Rilassati 1... 2... 3.

Continuate l'esercizio di respiro profondo per alcuni minuti, cercando di sentirvi sempre più rilassati ogni volta che espirate.

– Vi siete mai allontanati da uno scontro?

– Siete mai stati capaci di ignorare chi vi dava fastidio?

– Come vi siete sentiti dopo aver evitato uno scontro?

– Quale sentimento avete provato dopo esservi allontanati?

Grazie per l'attenzione