

IL POTENZIAMENTO DELL'AUTOSTIMA IN SOGGETTI CON ADHD E ODD

Mario Di Pietro – Monica Dacomo

www.educazione-emotiva.it

Problematiche emotive e comportamentali frequentemente associate all'ADHD

- Bassa autostima
- Depressione
- Ansia
- Aggressività
- Carenti abilità sociali

AUTOSTIMA E CONCETTO DI SE'

Performance
(Come ho agito)

Successi
Fallimenti

Concetto di sé
(Quali sono le mie capacità
e i miei limiti)

Abilità
scolastiche
fisiche
sociali

Autostima
(Come mi valuto e come mi sento)

Cognizioni
valutative
Tonalità
emotiva

Rischi collegati a bassa autostima

- Peggioramento delle prestazioni scolastiche
"Tanto non ce la farò mai"
- Cronicizzazione dell'umore triste
"Mi va sempre tutto storto"
- Assunzione di comportamenti a rischio
"Siccome non valgo molto, posso anche fumare"
- Frequentazione di coetanei devianti
"Almeno loro mi accettano anche se non valgo"

Vantaggi dei programmi psicoeducativi scolastici

- ◆ Possibilità di raggiungere un gran numero di soggetti
- ◆ Maggiori possibilità di generalizzazione
- ◆ Facilitazione di un senso di appartenenza e di supporto reciproco
- ◆ Facile applicabilità e replicabilità

Struttura del training di abilità sociali

- Due incontri la settimana per 7 settimane
- Piccolo gruppo (5-7 partecipanti)
- Utilizzo di un'apposita stanza
- Utilizzo del videoregistratore
- Applicazione di token (costo della risposta)
- Coinvolgimento di un insegnante
- Supervisione settimanale dello psicologo

Schema dell'apprendimento

- Individuazione dell'abilità
- Modellamento
- Prova comportamentale
- Feedback con video registratore

Abilità sociali affrontate

- Chiedere il permesso
- Chiedere un favore
- Chiedere aiuto
- Unirsi agli altri in un'attività
- Dividere con gli altri
- Esprimere lamentele
- Aspettare il proprio turno
- Proporre un'attività.
- Offrirsi di aiutare gli altri.
- Ringraziare
- Scusarsi

Elementi dell'intervento

- Consapevolezza emotiva
- Modeling
- Autoistruzioni
- Correspondence training
- Automonitoraggio
- Costo della risposta

Correspondence training

Il "correspondence training" implica l'incremento della corrispondenza tra ciò che un individuo dichiara riguardo a come sarà il proprio comportamento e l'effettivo comportamento che egli in seguito manifesta

ACCORDO DI PARTECIPAZIONE (I) PERCHE' VENGO AGLI INCONTRI DI GRUPPO?

- ☺ Per imparare a comportarmi meglio quando sono con gli altri, per andare più d'accordo con loro.
- ☺ Per imparare a non litigare, picchiare o fare a botte quando qualcuno mi fa arrabbiare.
- ☺ Per imparare come andare più d'accordo con gli adulti quando mi vengono date delle regole da seguire.

ACCORDO DI PARTECIPAZIONE (II) COSA DEVO FARE PER PARTECIPARE AL PROGRAMMA?

- ☆ Frequentare gli incontri che si faranno due volte la settimana per 7 settimane.
- ☆ Segnare come mi comporto tra un incontro e l'altro.
- ☆ Esercitarmi a fare quello che mi viene insegnato durante gli incontri e fare i compiti assegnati.
- ☆ Partecipare alle attività che si fanno durante gli incontri.

ACCORDO DI PARTECIPAZIONE (III) COSA CI GUADAGNO DAL PARTECIPARE?

- 🦋 Potrò stare con altri bambini e imparare insieme a loro.
- 🦋 Potrò imparare a controllarmi e a migliorare il mio comportamento.
- 🦋 Ad ogni incontro potrò ottenere dei punti premio che alla fine del programma verranno scambiati con un premio concreto.

Firma del bambino

IL GIOCO DEL "SENTIRE, PENSARE, FARE" (I): LE CARTE DEL SENTIRE

Prendi un voto insufficiente al
compito di matematica.

Come ti sentiresti?

LE CARTE DELLE EMOZIONI

TRISTE

QUANDO MI
SENTO COSÌ



Le cose mi vanno
male o mi manca
qualcosa o qualcuno

infelice

scontento

dispiaciuto

FELICE

QUANDO MI
SENTO COSÌ



Le cose mi vanno
bene o sono
soddisfatto di me

contento

sorridente

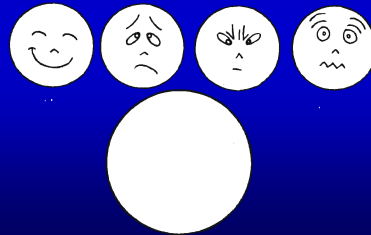
allegro

BAROMETRO DELL'UMORE

Istruzioni:
•Disegna l'espressione che
meglio descrive l'emozione
che ha dominato la tua
giornata

Nome _____ Data _____

Il mio stato d'animo prevalente oggi è stato:



IL GIOCO DEL "SENTIRE, PENSARE, FARE" (II): LE CARTE DEL PENSARE

Un tuo amico è stato invitato
a una festa e tu no.

Cosa penseresti in questa
situazione?

La nuvola dei pensieri

Situazione

Pensiero

NON VOGLIO CHE
TI SIEDI
VICINO A ME



Cosa potrebbe pensare Marco?

**IL GIOCO DEL "SENTIRE, PENSARE, FARE" (III):
LE CARTE DEL FARE**

Sei a scuola e sei stufo di stare seduto ad ascoltare la maestra che spiega.

Cosa potresti fare?

Scheda di automonitoraggio

data:

Durante la lezione di mi sono comportato:



benissimo



bene



male



malissimo

Studio quasi-sperimentale

Gruppo sperimentale: N° 5
soggetti (ADHD e ODD)

Gruppo di controllo: N° 6 soggetti

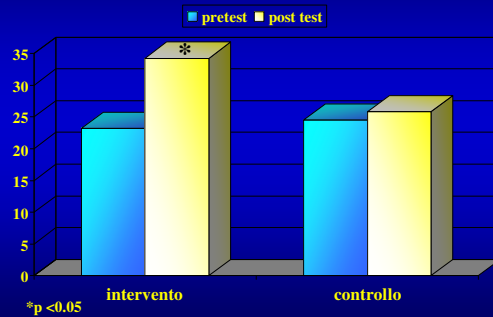
Età: 8-9 anni (ADHD e ODD)

Strumenti di rilevazione pre-test e
post-test:

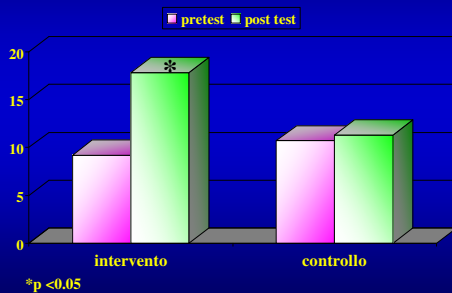
* Scala sulle abilità
sociali (compilata da insegnanti)

* Questionario
sull'autostima (compilato dal
soggetto)

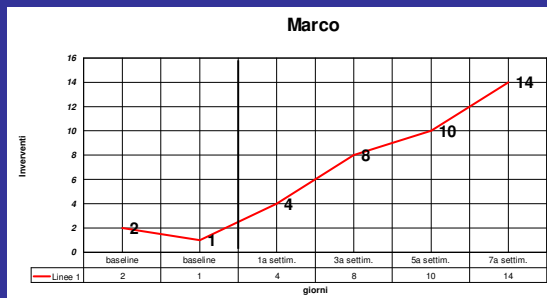
**Scala sulle abilità sociali
Pre e Post Test**



**Questionario sull' autostima
Pre e Post Test**



**Grafico di frequenza dei
comportamenti prosociali**



“Ho imparato che non è possibile piacere sempre a tutti quanti, ma posso piacere a me stesso anche quando gli altri non vogliono essere miei amici”

Marco, 9 anni

Presupposto essenziale per il successo di qualsiasi intervento:

Un'approfondita conoscenza della Behavior Modification e della Terapia del Comportamento

Una lezione che abbiamo appreso in questi anni è che nell'intervento sull'ADHD sono elementi essenziali il counseling, la behavior modification e la progettazione scolastica. L'applicazione o la non applicazione di queste strategie determina l'esito del trattamento. Poiché i farmaci stimolanti hanno un'efficacia immediata, spesso ci dimentichiamo che essi NON curano l'ADHD.

(T.W. Phelan)