

Tecniche di gestione del comportamento del bambino iperattivo

G. Filoramo (psicoterapeuta, Vicenza)

P. Mariotti (Università Cattolica di Roma)

La ricerca e la sperimentazione nel campo dei problemi di comportamento in età evolutiva ed in particolare nei bambini con Disturbi dell'Attenzione/Iperattività (DDAI), hanno confermato e consolidato l'importanza della collaborazione con i genitori nel lavoro terapeutico rivolto al bambino. In Italia gli interventi con i genitori vengono utilizzati, nell'attività clinica, da molti professionisti che lavorano con l'età evolutiva. Il coinvolgimento dei genitori e di altre agenzie educative è ritenuto oggi di grande importanza nel trattamento del DDAI. Per questo motivo è necessario che il genitore possa essere parte attiva nell'approccio quotidiano ai problemi di comportamento del bambino.

Spesso i genitori di un bambino con disturbo del comportamento non conoscono i metodi, le strategie, le tecniche per affrontare i comportamenti inadeguati del figlio.

Il genitore che desidera aiutare il bambino con DDAI a modificare i suoi comportamenti indesiderabili si trova oggi di fronte ad una serie di strategie che nascono dall'applicazione delle teorie dell'apprendimento. L'intervento comportamentale del genitore si applica attraverso diverse fasi, l'osservazione del comportamento, la scelta e l'applicazione delle tecniche e la verifica dei risultati.

La prima fase permette di porsi degli obiettivi comportamentali, identificando comportamenti specifici del bambino che necessitano di essere cambiati.

Questi possono essere comportamenti negativi, che è opportuno far diminuire di frequenza, o positivi, che è opportuno far aumentare.

Le tecniche dell'intervento comportamentale del genitore si basano sulle conseguenze del comportamento del bambino.

Gli interventi sulle conseguenze sono interventi che tentano di modificare il comportamento attraverso l'applicazione di conseguenze positive o negative. Le conseguenze positive aumentano la frequenza, l'intensità e/o la durata di un dato comportamento (come i premi), mentre quelle negative fanno diminuire la frequenza, l'intensità e/o la durata di un comportamento (come le sanzioni).

Le conseguenze positive, quando vengono applicate correttamente, possono essere molto efficaci per la modificazione del comportamento dei bambini con DDAI. L'esperienza clinica suggerisce che quando le conseguenze positive sono immediate, frequenti, salienti e modificate in modo da

evitare l'abitudine, i bambini con DDAI possono avere gli stessi risultati degli altri coetanei, in molti campi.

Il primo passo che il genitore dovrà fare per intervenire sulle conseguenze positive, sarà quello di osservare le azioni del bambino al fine di determinare quali conseguenze possano essere veramente rinforzanti per il bambino, cioè quali premi, situazioni o azioni, risultando piacevoli, fortificheranno il comportamento desiderato.

Esiste un grande fraintendimento nell'uso delle conseguenze negative con i bambini in generale e con in bambini con DDAI in particolare. Le conseguenze negative sono parte naturale della vita non possono essere evitate. Il bambino che tocca una stufa calda sperimenterà la naturale conseguenza negativa del dolore. Alla fine la ripetizione del comportamento insegnerà al bambino ad evitare di toccare la stufa calda. Dato che le conseguenze negative sono degli efficaci regolatori del comportamento umano, queste vanno applicate in modo adeguato e sicuro in un ambiente controllato.

L'intervento sulle conseguenze negative per il bambino iperattivo può essere svolto mediante alcune tecniche tra le quali: l'ignorare pianificato (che implica ignorare i comportamenti indesiderabili non pericolosi), il rimproverare il bambino, il costo della risposta e il time-out (per interrompere una sequenza di comportamenti inadeguati). Il costo della risposta, che implica togliere al bambino qualcosa di gradevole, è la conseguenza negativa più studiata relativamente al bambino con DDAI. Questo intervento è l'applicazione di penalità nel momento in cui avvengono comportamenti negativi. Il costo della risposta è generalmente visto come un intervento efficace e facile da somministrare, ma, essendo una conseguenza negativa, fornisce al bambino un riscontro solo sui comportamenti inadeguati. Pertanto è di maggior efficacia l'utilizzo delle conseguenze negative per un comportamento inappropriato in congiunzione con conseguenze positive per il comportamento appropriato.

Benché gli interventi comportamentali siano efficaci, la loro applicazione spesso non è semplice e ripetuti tentativi e fallimenti negli interventi dei genitori possono portare a confusione, frustrazione e scoraggiamento sia nei genitori, sia nei bambini. È per questo che utilizzare gli interventi sulle conseguenze richiede attenzione, impegno e costanza.

Un approfondimento psicodinamico a livello teorico e nella pratica clinica può fornire una chiave interpretativa sia per chiarire le motivazioni della riuscita, sia per la comprensione dei fallimenti, in questo caso con una evidente ricaduta positiva nella clinica.

Un postulato gratuito in campo educativo è che se i genitori allevano bene i loro bambini, soprattutto se ciò accade sin da piccoli, essi si svilupperanno in maniera soddisfacente sia per il piacere dei genitori che per l'accettazione nella società.

Le cose generalmente non sono così lineari neanche con bambini che non hanno problemi di comportamento, figuriamoci quando ci troviamo di fronte a bambini con DDAI.

Gli errori, che in ogni caso si compiono attraverso qualsiasi strategia educativa, potranno essere sentiti come disastrosi, ci si sentirà colpevoli con il carico, che spesso in modo inappropriato altre figure educative familiari ed istituzionali tenderanno a riversare sui genitori “incapaci”.

Ad un altro livello, più profondo, possiamo dire che un bambino con DDAI, soprattutto nei casi in cui il disturbo si manifesta precocemente, può mettere in discussione l’ideale di funzione genitoriale che il papà e la mamma hanno, sia a livello personale che di coppia. Tale funzione è frutto di un delicato e complesso gioco di identificazioni che i genitori mettono in atto nei confronti dei propri stessi genitori, e che derivano dalle relazioni con loro sperimentate sia positive che negative.

In molte anamnesi di bambini che giungono all’osservazione per DDAI, è possibile risalire ad un neonato con scarsa capacità di adattamento, con continue richieste, e a cui non si riesce a dare risposte e contenimento. O così viene vissuto.

Situazioni di questo tipo si caratterizzano con un deficit nell’interazione con il bambino che tende a perdurare nel tempo e che fa strutturare sentimenti di inadeguatezza e senso di colpa sia nei genitori che si vivono inadeguati nella loro funzione, che nel bambino che non riesce a corrispondere alle loro aspettative.

Quindi, la possibilità di partecipare fattivamente alla terapia può ristabilire in qualche modo un ruolo educativo in cui a lungo ci si è sentiti inadeguati e riprendere fiducia nella propria capacità di poter assumere una piena funzione genitoriale.

E’ probabile, peraltro, che ciò inizi già nel momento della diagnosi che classifica il disturbo come tale e permette di non parlare più in termini di “cattivi genitori” o “bambino cattivo”.

Si può pensare che un sostegno psicodinamicamente orientato possa, quindi essere di complemento ed integrato con un approccio cognitivo-comportamentale. E comunque di indubbia utilità nelle situazioni in cui ci si ritrovi di fronte ad insuccessi del progetto terapeutico comportamentale, associato o meno a terapia medica.

In questi casi, infatti, lo strumento psicodinamico può risultare utile per la comprensione di eventuali problematiche psicopatologiche preesistenti o innescate dalla presenza del disturbo DDAI, e per un lavoro di elaborazione delle stesse.