



Child Training

Modelli teorici di riferimento

- “Coping Power” di Lochman (attestato acquisito privatamente tramite formazione al corso CPP tenuto da Lisa Polidori)
- “Rallentiamo... e scegliamo! Child Training per l'ADHD” di Laura Vanzin (Centro ADHD Bosisio Parini)

Destinatari

Bambini e ragazzi della scuola elementare (a partire dagli 8 anni) e media, con diagnosi di ADHD, talvolta DOP, suddivisi in gruppi omogenei per età e difficoltà riscontrate.

Prima del Covid i gruppi erano composti da 4 o 5 bambini.

Dalla pandemia i gruppi si sono ridotti (3 bambini). Abbiamo sempre mantenuto i gruppi in presenza nel rispetto delle normative per la sicurezza. Negli anni 2020 e 2021 gli ultimi 2-3 incontri del percorso sono stati svolti on line (cadevano nei mesi di Marzo, quando la pandemia è scoppiata o si è riacutizzata e sono state chiuse improvvisamente le scuole).

Gli incontri on line avevano l'intento di mantenere una continuità, oltre che garantire monitoraggio e supporto psicologico. I limiti della telemedicina ci sono sembrati insuperabili negli interventi rivolti ai bambini, in cui la comunicazione non verbale e il comportamento sono aspetti fondamentali del processo terapeutico.

I conduttori sono due (psicologa conduttrice e psicologa tirocinante co-conduttrice).

I genitori devono avere svolto o devono svolgere contemporaneamente al Child Training il percorso di Parent Training. Può essere o meno somministrato il farmaco.

Vengono accolti anche minori con disturbi in comorbidità, sono in particolare stati attivati dal 2018 due gruppi di bimbi con **ADHD e tratti autistici**. In questi gruppi sono stati adattati materiali (ad es. uso della CAA) e gli obiettivi (maggiore focus sull'allenamento delle abilità sociali e comunicative).

Caratteristiche del percorso

Il percorso consiste di **25 incontri settimanali della durata di un'ora**, con una struttura e tematiche predefinite, che attraverso il gioco, esercizi di mindfulness ed altre attività cognitive ed espressive, si propongono i seguenti obiettivi:

- Allenare l'attenzione selettiva, l'attenzione sostenuta, lo shift attentivo e la capacità di stare nel "qui ed ora";
- Sviluppare consapevolezza e nuove abilità di regolazione delle emozioni, in particolare della rabbia; allenamento dell'assertività;
- Allenare la flessibilità cognitiva, la capacità di assumere il punto di vista dell'altro, migliorare la comprensione sociale;
- Esplorare e sostenere le risorse dei ragazzi, i loro obiettivi e i loro valori; incrementare l'autostima;
- Aumentare la consapevolezza delle difficoltà e degli ostacoli che impediscono di raggiungere i propri obiettivi e condividere modalità di gestione di tali ostacoli;
- Esercitare la capacità di problem solving (abilità di valutazione, pianificazione, monitoraggio del proprio comportamento, necessarie alla risoluzione dei problemi).

La conoscenza e il rispetto delle regole sociali, la modulazione emotiva, dell'attenzione e del comportamento, l'automonitoraggio e il progressivo autocontrollo sono favoriti dall'utilizzo di specifici strumenti e tecniche psicoeducative di stampo cognitivo-comportamentale (agenda giornaliera, stesura di regole e patti comportamentali, rinforzo positivo e token economy).

Il gruppo dei coetanei rappresenta una motivazione alla partecipazione e all'impegno nelle attività del percorso e diviene un luogo di espressione, confronto e sostegno emotivo; all'interno del gruppo è inoltre possibile osservare le difficoltà che i bambini incontrano nelle interazioni con gli altri e nelle dinamiche di gioco e lavorare direttamente sulle dinamiche relazionali e la collaborazione reciproca.

Le abilità stimolate nel contesto del gruppo vengono sostenute dagli **allenamenti settimanali** delle abilità coltivate negli incontri assegnati come compito per casa. **Mensilmente** vengono definiti **target comportamentali a casa e a scuola** in collaborazione con genitori e insegnanti.

Anche ai genitori è richiesto di garantire la propria collaborazione ed il proprio impegno, molto importante per la realizzazione dei seguenti obiettivi:

- **supportare e garantire la frequenza settimanale dei bambini al gruppo;**
- **definire, monitorare e realizzare il piano di token economy concordato** con i bambini e la psicologa, dal momento che i rinforzi positivi rappresentano per questi bambini una forte motivazione alla partecipazione e all'impegno nelle attività proposte;
- **sostenere, monitorare e talvolta affiancare i bambini negli allenamenti settimanali.**

Monitoraggio e valutazione del percorso

All'inizio e al termine del percorso viene fissato **un colloquio individuale con il bambino e con i genitori** e, nell'anno successivo, **colloqui di monitoraggio periodici (6-12 mesi)** in occasione dei quali vengono risomministrate le **scale Conners e Snap**. È previsto un **incontro intermedio con i genitori** per monitorare l'andamento del percorso ed accogliere possibili difficoltà.

Dott.ssa Ilaria Costantino

Psicologa Psicoterapeuta

Centro Regionale di Riferimento ADHD

U.O. Neuropsichiatria Infantile per l'Infanzia e l'Adolescenza

ASST Santi Paolo e Carlo, Presidio San Paolo

Direttore Prof.ssa Maria Paola Canevini