

Il Disturbo da deficit di attenzione/ iperattività

*Dott.ssa Sara Bernardelli
Psicologa-Psicoterapeuta
SPC-Scuola di Psicoterapia Cognitiva*

Cos'è il disturbo da deficit di attenzione/ iperattività

- ~ Alessandro è un bambino di otto anni. Vive con i genitori e i due fratelli. Da sempre è un bambino molto vivace che fatica a seguire le regole. Le insegnanti alla scuola dell'infanzia dicevano ai genitori che Alessandro era un bambino simpatico a cui piaceva andare a scuola, ma faceva fatica a rimanere concentrato sui compiti che richiedevano uno sforzo attentivo prolungato e faceva fatica ad accettare i limiti imposti dagli adulti. Era spesso in movimento. Con l'ingresso alla scuola primaria la situazione è peggiorata; a scuola Alessandro non riesce a rimanere fermo, si muove spesso anche mentre è seduto; spesso deve alzarsi creando confusione all'interno della classe. Sembra che ci sia un "motorino" dentro di lui che lo fa muovere in continuazione. Durante l'esecuzione delle attività fa molta fatica a rimanere concentrato per periodi di tempo sufficienti, perde spesso il suo materiale, dimentica le cose, il suo banco è sempre in disordine. Ultimamente ha iniziato ad avere difficoltà anche con i coetanei che faticano a relazionarsi con Alessandro che ha spesso comportamenti impulsivi. In alcuni momenti ha avuto dei comportamenti intensi di discontrollo e i compagni si sono spaventati, pur essendo molto affezionati ad Alessandro. Nell'ultimo periodo le insegnanti hanno notato che il bambino è rimasto più isolato dai compagni e ha iniziato a soffrirne. I compagni fanno fatica a chiedergli di giocare perché il comportamento di Alessandro spesso diventa imprevedibile e senza controllo.

Definizione

- ~ Il disturbo ADHD ha tre caratteristiche principali che accomunano tutti i bambini e ragazzi:
1. Difficoltà a mantenere l'attenzione
 2. Difficoltà a controllare l'impulsività
 3. Difficoltà a controllare il movimento

- ~ Il DSM-V (APA, 2014) parla di “Deficit di attenzione/iperattività” parlando di un pattern persistente di disattenzione e/o iperattività-impulsività che interferisce con il funzionamento o lo sviluppo
- ~ Deficit di attenzione:
 1. Viene considerato il sintomo principale
 2. I bambini/ragazzi, rispetto ai loro coetanei, presentano un’evidente difficoltà a rimanere attenti o a lavorare su uno stesso compito per un periodo di tempo sufficientemente prolungato
 3. Si manifesta in situazioni scolastiche/lavorative che sociali
 4. Sembra colpita soprattutto l’**attenzione sostenuta** (soprattutto durante attività ripetitive e noiose); passaggio da un gioco all’altro senza completarne nessuno

~ Deficit di autoregolazione:

1. Incapacità di regolare autonomamente il proprio comportamento, inclusa l'attenzione
2. Ha buona capacità di comportamento eteroregolato (quando viene guidato da altri e nel rapporto adulto-bambino)
3. Difficoltà nel comportamento autoregolato

~ Iperattività:

1. Eccessivo livello di attività motoria e vocale
2. I bambino manifestano continua agitazione, difficoltà a rimanere seduto e fermo al proprio posto
3. E' sempre in movimento: a scuola, a casa, durante i compiti e il gioco

calmo-ben organizzato _____ *irrequieto-inattento*

~ Impulsività:

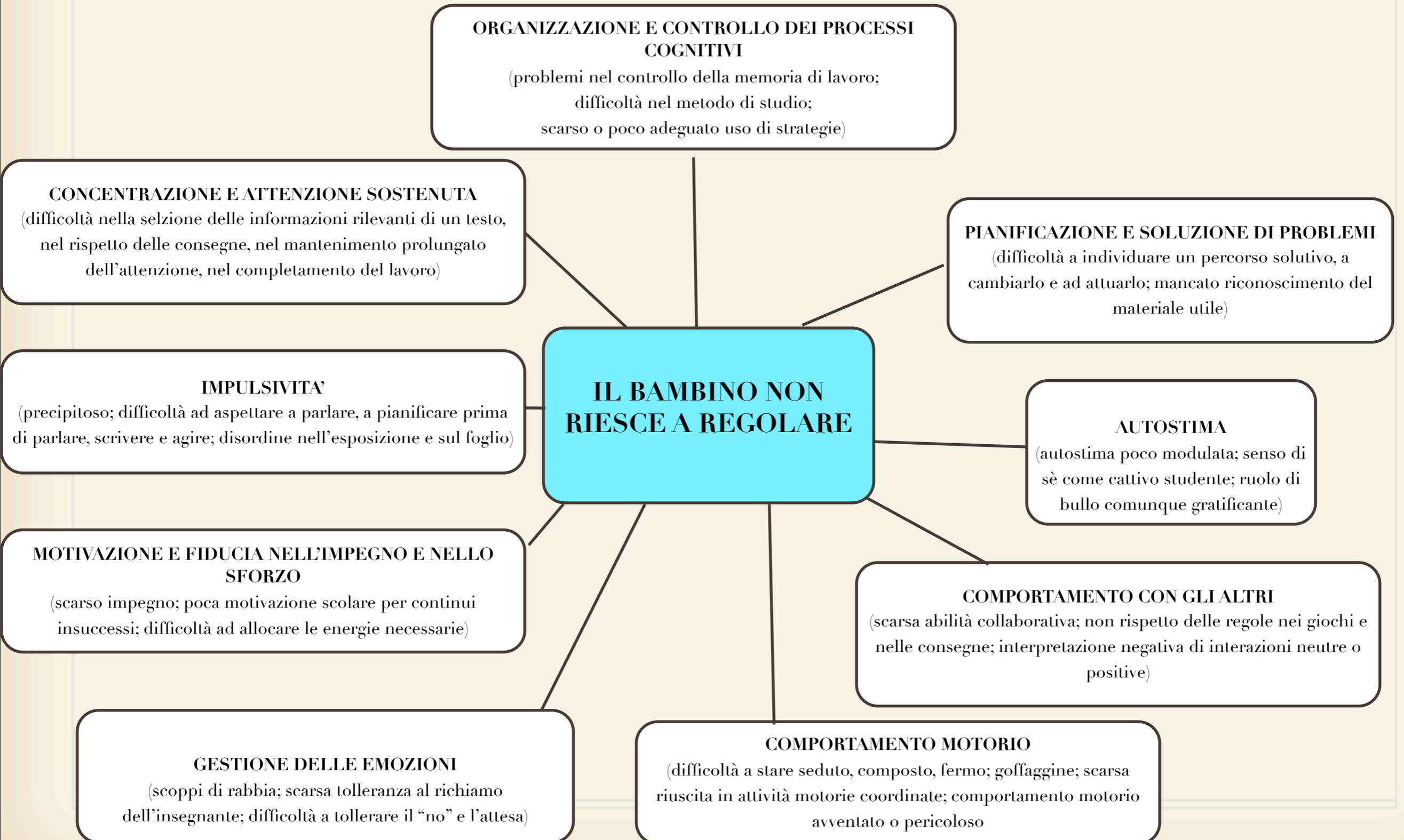
1. Difficoltà a dilazionare una risposta
2. Difficoltà a inibire un comportamento inappropriato
3. Difficoltà ad attendere una gratificazione
4. Intraprendere azioni pericolose senza considerare le possibili conseguenze negative (“*Non l’ho fatto apposta*”... “*Non pensavo che...*”)
5. Alcuni comportamenti comuni: rispondere troppo velocemente (“*Faccio prima di pensare*”), interrompere frequentemente gli altri quando stanno parlando, fatica a rimanere in fila e aspettare il proprio turno
6. Questa caratteristica rimane abbastanza stabile nel corso dello sviluppo ed è una caratteristica che tende a rimanere anche in età adulta

Cosa si osserva nella vita scolastica

Caratteristiche primarie	Caratteristiche secondarie
<ul style="list-style-type: none">● Deficit di attenzione sostenuta● Deficit di memoria a breve termine● Deficit di pianificazione e autoregolazione● Iperattività● Impulsività	<ul style="list-style-type: none">● Difficoltà scolastiche e lavorative● Difficoltà di socializzazione● Bassa stima di sé

Riassumendo...

(Cornoldi et al., 2001)



~ Tre possibili sottotipi:

1. *Tipo disattento*: 1. Difficoltà a mantenere lo sforzo attentivo 2. Facilità di distrazione 3. Difficoltà a seguire le istruzioni 4. Difficoltà a organizzarsi
2. *Tipo impulsivo*: 1. Difficoltà a dilazionare una risposta 2. Difficoltà ad inibire i comportamenti inappropriati 3. Difficoltà ad attendere una gratificazione
3. *Tipo combinato*: 1. Eccessivo livello di attività motoria 2. Frequentemente eccessivo livello di attività vocale

Caratteristiche primarie

- ~ Minore rendimento scolastico, sebbene l'intelligenza sia adeguata e, a volte, superiore alla media
- ~ Difficoltà nella gestione dei compiti e attività che richiedono pianificazione e organizzazione
- ~ Difficoltà nelle relazioni sociali a causa della difficoltà a **cogliere gli stimoli sociali non verbali** che modulano le relazioni interpersonali e per l'impulsività
- ~ **Scarsa autostima:** spesso causata dai frequenti rimproveri di insegnanti e genitori, dalle difficoltà a relazionarsi con gli altri, dai frequenti insuccessi

Le difficoltà di questi bambini

- ~ Problema a carico dei **lobi frontali**:
 - Sono la parte del cervello più evoluta
 - Controllano: *attenzione sostenuta, memoria a breve termine, funzioni esecutive (correzione degli errori)*

- ~ Attenzione sostenuta: permette di mantenere uno sforzo attentivo prolungato nel tempo, anche in compiti monotoni e che richiedono un basso livello di concentrazione per comprendere o elaborare il contenuto
noia, fatica ad ascoltare un discorso poco impegnativo per molto tempo...
- ~ Funzioni esecutive: competenze che servono ad attivare, inibire o coordinare tutti i vari comportamenti finalizzati al raggiungimento di uno scopo e per lo svolgimento di attività cognitive complesse
→ difficoltà ad interiorizzare il discorso autodiretto e a regolare il proprio comportamento in base alle richieste dell'ambiente
- ~ Difficoltà metacognitive: difficoltà ad analizzare da soli le richieste di un compito, considerare le diverse possibilità di risposta, attuare un compito cognitivo per un tempo prolungato

- ~ Inibizione delle risposte: difficoltà ad inibire le risposte automatiche. Nell'interazione con loro dobbiamo essere essenziali e sintetici. Bisogno di attività altamente strutturate.
- ~ Percezione del tempo: Percezione del tempo alterata perchè segue molti stimoli contemporaneamente. E' necessario organizzare attività brevi e veloci ed essere rapidi $\overrightarrow{\text{quando}}$ si parla con loro
- ~ Sensibili alle gratificazioni: i bambini con ADHD sono positivamente motivati dai premi. Caratteristiche delle ricompense: 1. Semplici 2. Tempestive 3. Immediate

I sintomi secondari

- ~ Tratti oppositivi provocatori: comportamenti aggressivi a rischio che possono causare problemi con la giustizia e abuso di sostanze.
- Peggiori relazioni sociali e peggiore prognosi in età adolescenziale
- ~ Disturbi dell'apprendimento: il 42% di bambini/ragazzi con ADHD presenta un Disturbo specifico dell'apprendimento.
- Anche in assenza di DSA manifestano difficoltà di calcolo, problem solving matematico e nella grafia

- ~ Disturbi d'ansia: il 25% di bambini e ragazzi con ADHD presentano disturbi d'ansia. Attenzione a non confonderli
- ~ Disturbi dell'umore: senso di fallimento e frustrazione a causa dei numerosi insuccessi scolastici e sociali

- ~ Problematiche interpersonali: questi bambini/ragazzi vengono più spesso rifiutati e sono meno popolari tra i compagni.
- **CARATTERISTICHE**: qualità delle interazioni inadeguata, alta frequenza di comportamenti negativi verbali e non verbali, minore interazione con i compagni, bassi livelli di espressione affettiva, maggior ritiro sociale
- **IMPORTANTE**: le manifestazioni aggressive non sono intenzionali e i bambini/ragazzi sono sinceramente sorpresi degli effetti negativi dei loro comportamenti:
“Non volevo fargli del male”... “Non pensavo che...”

Caratteristiche alla scuola primaria

- ~ Incremento e intreccio delle problematiche cognitive e comportamentali a causa della maggiore richiesta di flessibilità cognitiva, prontezza, pianificazione delle attività, rispetto dei tempi e abilità sociali
- ~ Disordine nel banco, disattenzione, incapacità di rispettare i turni, spesso in movimento
- ~ Attribuzione esterna
- ~ Incapacità di organizzare e pianificare le attività
- ~ Variabilità del comportamento
- ~ Noia
- ~ Manifestazioni di rabbia
- ~ Difficoltà a tollerare le frustrazioni

Caratteristiche alla scuola secondaria

- ~ Atteggiamento immaturo
- ~ Riduzione dell'esuberanza comportamentale
- ~ Stile cognitivo poco strategico e poco capace di organizzare le informazioni più importanti nella memoria semantica: le aree dove presentano maggiori difficoltà sono quelle delle materie di studio e la produzione dei testi scritti
- ~ Instabilità comportamentale: necessità di muoversi senza rispettare i tempi e le regole della scuola. Si riduce il rischio che si facciano male
- ~ Difficoltà cognitive: 1. Difficoltà a mantenere lo sforzo attentivo 2. Si estraniavano pensando a cose più interessanti 3. Difficoltà ad organizzare le conoscenze 4. Difficoltà a sviluppare piani di lavoro strategici per il raggiungimento di scopi didattici

- ~ Noia: sperimentata spesso. Crea difficoltà nell'esecuzione delle attività scolastiche in modo regolare
- ~ Manifestazioni di rabbia
- ~ Bassa autostima
- ~ Tono dell'umore basso
- ~ Attribuzione esterna
- ~ Relazioni interpersonali: discontinue; con i professori la relazione è problematica (fatica a fidarsi, discontinuità, scarsa sensibilità alle punizioni e note)

Nel corso dello sviluppo: si assiste ad una riduzione dell'iperattività motoria. Persistono le difficoltà di **irrequietezza, disattenzione, scarsa pianificazione e impulsività**