

# Gioco e Video Intervention Therapy

Il concetto che giocare con i propri figli è una cosa utile, non è così scontata come può sembrare. Osservando le culture più semplici del mondo si nota che i bambini giocano con i fratelli, ma non con i genitori. In Europa, il gioco ha iniziato ad interessare gli studiosi solo dopo la prima guerra mondiale, e tuttora la ricerca è carente. Prendendo un campione di 100 famiglie e dividendole in 2 gruppi, notiamo che i bambini che hanno giocato con i genitori hanno un migliore sviluppo cognitivo (pensieri, concetti, ragionamenti) rispetto ai bambini che non lo hanno fatto.

Tuttavia non è chiaro il motivo per il quale i bambini “giocanti” sono avvantaggiati. Il migliore sviluppo si potrebbe attribuire all buona atmosfera che si crea durante il gioco, alla relazione stretta con il genitore o a tanti altri fattori. Qualsiasi siano i motivi, ormai è assodato che il gioco tra genitori e figli aiuta famiglie con problemi a creare legami migliori tra di loro.

Dopo la seconda guerra mondiale, Virginia Axline, allieva del famosissimo psicologo Statunitense Carl Rogers, iniziò ad applicare i metodi del maestro per l’interpretazione del gioco. Dopo di lei una serie di terapisti hanno integrato questo elemento nella diagnosi e nella terapia.

Insegnare ai genitori a strutturare il gioco con i propri figli è importante perché passano molte più ore con i figli che non la terapeuta. Si chiede ai genitori di giocare tutti i giorni con i figli per un certo tempo, per aiutare i bambini a sentire su di se l’attenzione del genitore. Nelle famiglie problematiche alcuni membri possono adottare dei comportamenti sbagliati, oppure ci possono essere problemi nel legame emotivo tra alcuni membri. In questi casi il gioco può essere utile.

Il momento del gioco, quando viene fatto tutti i giorni, migliora il rapporto tra genitori e figli. Anche nei casi limitati in cui, ad esempio, un genitore è stato allontanato dai figli per un certo periodo di tempo e fa fatica a “rientrare nel rapporto”, il gioco può essere utilizzato efficacemente per migliorare la situazione.

La scelta dei giochi è importante. Deve essere qualcosa che permette ai genitori e ai figli di condividere l’attenzione, quindi bambole, pupazzi, costruzioni etc. I genitori possono giocare con i figli per 15 minuti al giorno, senza la presenza del coniuge o dei fratelli. Così facendo, si miglioreranno e rafforzeranno i legami.

Quando si usa il gioco unitamente alla Video Intervention Therapy, si usa il video per valutare l’andamento delle sessioni di gioco e si chiede al genitore di inserire gradualmente alcuni elementi.

Questi sono:

- Lodare
- Descrivere la azioni a parole
- Approfondire a parole quello che dice il bambino (risposta verbale-verbale)
- Essere positivi
- Partecipare

La scelta del gioco, tra i 2-3 messi a disposizione, spetta al figlio e il genitore deve appoggiare le scelte del figlio e seguirlo. Il ruolo più attivo e propositivo ce l’ha il figlio, mentre il genitore è

semplicemente di supporto. Quando si gioca non è tanto importante il contatto visivo quanto lo è essere entrambe concentrati sulla stessa cosa, ovvero il giocattolo.

### **Descrivere ciò che si fa**

Mentre si gioca insieme è opportuno che il genitore descriva a parole quello che il figlio sta facendo, ad esempio “Ecco, bravo, ora stai mettendo il soldatino nel castello!” Questo è importante anche per bambini che hanno un deficit di attenzione. Il linguaggio descrittivo, ovvero il descrivere a parole ciò che sta avvenendo, è particolarmente importante durante il primo anno di vita. Nei primi mesi è importante il tono della voce e poi nel tempo diventano importanti i contenuti. Lo sviluppo di bambini è migliore quando questo avviene.

### **Le Lodi**

Il genitore deve lodare il figlio, o in modo breve es. “Bravo!” o in modo specifico, es. “Bravo! È molto bello come hai fatto la barca”. Le lodi devono essere frequenti (almeno 2 volte al minuto). Questo permetterà al bambino di sviluppare un buon senso di autostima ed anche di ricevere attenzione per comportamenti positivi, quindi non solo essendo ripreso quando si comporta male. Con la Video Intervention Therapy è possibile aiutare il genitore a capire se sta lodando abbastanza, facendogli vedere il video e chiedendogli di inserire qualche lode in più quando ne vede l’occasione. Un’altra cosa che il terapeuta può chiedere al genitore di fare è di annotare su un foglio quante volte ha lodato il figlio per ogni ora passata insieme. Le lodi devono essere molto frequenti in bambini piccoli, mentre possono diventare meno frequenti nella fascia 5-7 anni. Le lodi piacciono ai bambini e, quando si usano anche al di fuori dei momenti di gioco, rinforzano il comportamento positivo, aiutandolo anche a rispettare i limiti quando questi vengono messi.

### **Risposta verbale-verbale**

Dopo due settimane si può aggiungere ciò che i professionisti chiamano “risposta verbale-verbale”, questo significa che quando un bambino esprime un cosa es. “è difficile!”, il genitore la elabora con altre parole es. “Non ci riesci? Hai difficoltà?”. Questo metodo aiuta il bambino a capire che ci sono turni nella conversazione. La frequenza con cui avviene la risposta verbale-verbale dipenderà da quanto parla il bambino.

### **Emozione positiva**

Una volta che l’analisi del video mostra che il descrivere, il lodare e il dare la risposta verbale-verbale si sono stabilite bene, si può aggiungere “l’emozione positiva” da parte del genitore. All’inizio questa può sembrare forzata ma con il tempo diventerà più spontanea. Il terapeuta guarderà il tono generale del video per capire se è presente in sufficiente misura o meno.

### **La partecipazione**

Il terapeuta guarderà quante volte il genitore entra nel gioco. Quando i genitori giocano con i figli, li preparano al gioco con altri bambini.

Ci sono 3 modi di partecipare al gioco:

- Imitando ciò che fanno i bambini, ovvero, se il bambino disegna, il genitore disegna insieme a lui. Questo si usa molto in bambini di 2-3 anni.
- Chiedendo al bambino se può apportare una qualche modifica al gioco del figlio, ad esempio, aggiungendo una torre in una costruzione.
- Dividendosi il gioco per ruoli, “io faccio questo e tu fai quello”.

Quando il momento del gioco diventa un rituale e si acquisisce consapevolezza sull'importanza del lodare, del descrivere le azioni a parole, della risposta verbale-verbale, dell'essere positivi e del partecipare, allora questi elementi sorgono spontaneamente anche al di fuori del momento di gioco e questo è benefico per il rapporto.

### **Cose Sconsigliate Durante il Gioco**

Durante il gioco è sconsigliato dare comandi, fare domande dirette e criticare (o essere sarcastici). Per “comandi” s'intende anche dare delle indicazioni come “fai così”. Le domande vanno evitate, sia quelle indirette es. “Questo è...?” sia quelle dirette es. “Che fai?”, perché distraggono il bambino. Al bambino va lasciato molto spazio e libertà.

### **Come si svolgono le prime sedute**

Quando approcciate un terapeuta per applicare questo metodo, lui vi spiegherà prima della prima sessione di gioco cosa fare (lodi, linguaggio descrittivo) e cosa evitare di fare (comandi, domande, critiche). Quando poi analizzate il primo video insieme vi parlerà di questi stessi elementi, che vi saranno diventati familiari. Il terapeuta vi chiederà cosa ricordate sia stato detto rispetto a questi elementi e poi pian piano introdurrà i restanti elementi, ogni volta verificando dal video che i tempi sono maturi per introdurli.

I diversi tipi di gioco

- Gioco fisico – giocare alla lotta non è lotta, è la forma più elementare di gioco, che ci accomuna agli altri mammiferi. Basta un colpo d'occhio per capire se si tratta di gioco o di vera aggressività.
- Gioco di manipolazione – questo tipo di gioco appare intorno al primo anno di età
- Gioco di costruzione – sviluppa le capacità del bambino di eseguire movimenti di precisione e gli permette di sviluppare le capacità di ragionamento.

I giochi simbolici poi sono anch'essi divisi in tipologie:

- I giochi di design – più complessi rispetto alla manipolazione, comprendono il disegno artistico e l'uso del pongo
- Il gioco di finzione – inizia a 2 anni di età e aumenta di complessità con la crescita
- Il gioco socio-drammatico – inizia a 4-6 anni. Il bambino si mette nel ruolo della maestra, del dottore, del poliziotto etc. Questo gioco prepara alla realtà sociale.
- Giochi di regole – sono i giochi da tavola, ottimi per sviluppare il ragionamento e anche la socialità
- Giochi al computer – sviluppano capacità simili ai giochi da tavolo

Ad oggi non si sa quale tipo di gioco sia veramente importante per lo sviluppo. George Downing ipotizza che tutti sono importanti, ognuno ad un'età diversa. Durante il gioco dei bambini i vari tipi di gioco spesso si sovrappongono. Sebbene il gioco è ancora oggetto di studio, empiricamente si è visto che questo tipo di terapia è efficace e rapida nell'ottenere risultati.