

La Video Intervention Therapy ed i disturbi del comportamento

Ci domandiamo perché alcuni bambini sono problematici ed altri no, anche all'interno della stessa famiglia. Sicuramente la capacità dei genitori di mettere dei limiti ai figli e una delle basi sulla quale si vanno a costruire tutta una serie di comportamenti.

Prendiamo una situazione tipo. Un bambino di 2-4 anni sta facendo una cosa che non deve. La madre gli dice di smettere e lui si oppone con un "No!" Lei alza la voce, lui alza la voce ed in breve tempo si è creata una situazione di tensione. Lei esce dalla stanza urlando "Bene! Fai come ti pare! Poi se ti fai male non venire a piangere da me!" Così facendo la madre si abitua a "battere la ritirata" ed il figlio impara che se strilla vince.

Le cause della rabbia dei bambini

Secondo lo psicanalista Britannico John Bowlby la rabbia in bambini piccoli è causata da un attaccamento non adeguato con la madre ed una carenza di affetto. La mancanza di questo contatto positivo lo rendono vulnerabile ad una imprecisata e persistente sensazione di rabbia e di amarezza. Da un punto di vista clinico i terapeuti confermano che quando c'è un bambino con disturbi del comportamento, prima o poi emergono problemi di "contatto emotivo".

La ricerca di attenzione può innescare comportamenti negativi e può succedere che un bambino che ha ricevuto poche attenzioni utilizzi il comportamento negativo per ottenerle. Sin dai primi mesi il bambino cerca con i genitori la "sintonizzazione emotiva", quando questa è carente, si gettano le basi per questo tipo di problemi. Molti genitori amano i loro figli ma vanno contro il proprio istinto di tenerli in braccio i primi mesi per paura di "viziarli". Una maggiore comprensione delle necessità emotive dei neonati può aiutare i genitori ad evitare problemi più in là.

Utilizzare il Video per osservare i comportamenti

Il terapeuta analizzerà una ripresa di ciò che avviene tra genitori e figli per vedere se i genitori mettono regole e limiti precisi. Analizzerà in che modo lo fanno e se usano un linguaggio adatto ai bambini. Si è rilevato che a volte i genitori sopravvalutano la capacità linguistica dei propri figli. Cercherà anche di capire le motivazioni profonde del bambino.

In seguito il terapeuta aiuterà i genitori a trovare delle soluzioni pratiche.

Ci sono due tipi di disturbo da affrontare: quando fanno qualcosa che gli è stato vietato, ad esempio toccare determinati oggetti in casa e quando non fanno ciò che gli è stato richiesto.

I disturbi del comportamento nei bambini adottati

Nei bambini adottati eventuali disturbi del comportamento iniziano a manifestarsi dopo i primi 2-3 mesi. I bambini adottati possono manifestare una serie di difficoltà come ad esempio la difficoltà ad entrare in contatto emotivo e fisico, il pianto in solitudine, non ascoltare ciò che gli viene detto e la difficoltà a gestire troppi stimoli sensoriali. Hanno spesso anche problemi di linguaggio. I genitori adottivi devono invece imparare a ridimensionare le loro aspettative e non aspettarsi la perfezione da se stessi o dai figli.

La Terapia

Le conferme positive sono importantissime per controbilanciare i disturbi del comportamento. È anche importante insegnare ai bambini a trovare gestire la frustrazione e la rabbia.

Bisogna tenere conto che ogni rapporto è in continuo cambiamento. Il terapeuta vi chiederà di indicare se il momento che viene ripreso rispecchia una situazione “tipica” per la vostra famiglia. Il terapeuta indagherà anche su quella che è stata l’esperienza soggettiva dei genitori durante la ripresa di quello spezzone di filmato.

La diagnosi non viene mai fatta su un singolo spezzone di video.

La terapia consiste nel aiutare i genitori a porre limiti efficacemente. Utilizzando le seguenti strategie:

- I genitori sono invitati a porre pochi limiti chiari, solo sulle cose importanti
- Si chiede ai genitori di dare istruzioni efficaci e di essere attenti nelle parole che usano.
- Si cerca di determinare se il bambino ha capito.
- Si danno indicazioni su come dovrebbe comportarsi un genitore quando il figlio obbedisce
- Si danno indicazioni su come dovrebbe comportarsi un genitore quando il figlio non obbedisce
- In sostanza si aiutano i genitori ad aumentare le lodi e diminuire i comandi. Ai genitori può risultare difficile ridurre i comandi perché sono il modo più spontaneo per controllare il comportamento del figlio. I bambini invece amano essere lodati. Nei bambini di 5-6 anni si ottengono ottimi risultati con la “lode specifica”, ovvero la lode che contiene in sé anche l’azione che è stata apprezzata es. “Che brava che hai messo le posate a tavola!”
- Quando un bambino piccolo si comporta bene e scopre che così facendo si trova in un ambiente positivo in cui viene apprezzato, tenderà a ripetere questo comportamento perché si è trovato bene.
- Per i figli adolescenti bastano invece frasi brevi es. “Sei grande!” o sguardi di apprezzamento.
- Nozioni specifiche per dare comandi
- I comandi possono essere diretti es “Per favore puoi mettere questi tovaglioli a tavola?” oppure indiretti es. “Per te andrebbe bene mettere i tovaglioli in tavola?”
- I comandi possono contenere una singola richiesta es. “Per favore metti i tovaglioli in tavola?” o più richieste es “Per favore sparecchi la tavola e metti la tovaglia a lavare?” Più i bambini sono piccoli, più hanno bisogno di comandi singoli che li guidano passo dopo passo.

- Bisogna cercare di dare comandi positivi, quindi invece di dire ad esempio “Non gettare il cibo a terra” è preferibile dire “Lascia il cibo nel piatto per favore”.
- Anche se a volte può risultare difficile per il genitore, deve sforzarsi per dare dei comandi semplici e corti, guardando il figlio negli occhi.
- Il comando deve essere gentile e cortese, anche usando le parole “Per favore”
- Il comando deve essere adeguato all’età del bambino (come capacità di svolgerlo) ed espresso con un linguaggio che è adatto all’età del bambino
- Si possono fare dei gesti per rendere più saliente o chiaro il comando
- È buona norma offrire un’alternativa al comando es. “Vai a giocare in camera o vieni ad aiutarmi con questi fagiolini”

Si dà il comando e si vede come reagisce il bambino. Se il bambino fa quello che gli è stato chiesto lo si può lodare, altrimenti si aspettano 10-15 secondi e si ripete il comando, aggiungendo delle conseguenze. È importante aver costruito una “cornice di riferimento” per i bambini in cui conoscono quelle che sono le conseguenze prevedibili per le loro azioni. Le conseguenze proposte devono essere delle cose che i genitori sono disposti poi a mettere in atto.

Se ancora non obbedisce può essere messo in time-out, cioè messo a sedere su una poltrona per un numero di minuti pari agli anni es. 6 anni = 6 minuti. Oppure gli possono essere vietate delle cose che gradisce, come ad esempio guardare la TV per quel giorno.

- Se il bambino fa una azione buona ma non quella richiesta, gli si può dire es. “Bravo che hai portato i giochi in camera, ma ora puoi mettere le posate a tavola?”
- Se il bambino esegue il comando solo in parte gli si può dire es. “Bravo che hai fatto i compiti di matematica, ora fai anche quelli di italiano?”
- Bisogna ignorare il suo atteggiamento se esegue il comando ma in modo scocciato, e alla fine bisogna ringraziarlo lo stesso.
- Quando il bambino fa una cosa e poi la disfa, ad esempio mette i bicchieri sul tavolo e poi lo toglie, bisogna lodarlo e poi ripetergli il comando.
- A volte il bambino fa di più di quanto richiesto. Può essere un segno di ansia ma si consiglia ai genitori di accettarlo, senza dargli troppo rilievo.

Il terapeuta parallelamente ad impostare regole, comandi, lodi e punizioni con i genitori parlerà con il bambino per aiutarlo a tirare fuori le emozioni. Si ipotizza che lasciando parlare i bambini delle proprie emozioni li aiuti a prendere coscienza dei loro stati negativi e, come e perché affiorano.

Ai genitori, infine, si aiutano a capire come sollecitare la collaborazione dei figli es. “Mi aiuti ad apparecchiare?” Sviluppare la collaborazione è una cosa importantissima per poter arrivare a costruire insieme esperienze e vivere il “noi”.

Con i bambini più grandi e gli adolescenti vanno attentamente dosati i comandi e le richieste. Non vanno date troppe lodi, perché i ragazzi sono più consapevoli delle loro azioni. Genitori e figli sono aiutati a sviluppare il “linguaggio emozionale”, ovvero ad esprimere a parole ciò che provano. Non è più molto importante per gli adolescenti ricevere comandi precisi ma diventa assai importante imparare e negoziare regole e richieste e offrire una buona spiegazione/motivazione quando richiesta.