



Child-Parent Training: Adattamento del metodo Barkley centrato sul bambino

E. Tomassini, G. Lo Torto, J. Coco, P. Olgiati, G.A. Chiarenza

Unità Operativa di Neuropsichiatria Infantile, Az. Osp. "G. Salvini", Rho, Milano



Introduzione

Il Parent Training (PT), le cui origini risalgono agli anni '60, è un metodo di intervento per vari tipi di disturbi neuropsichiatrici dell'età evolutiva che si basa sui concetti empirici del comportamentismo e della teoria dell'apprendimento sociale. Coinvolge diverse strategie di intervento accomunate da un unico scopo: insegnare ai genitori come modificare o rimediare a pattern di interazione familiare distruttiva e disfunzionale per produrre cambiamenti costruttivi e duraturi.

Barkley (1997) ha sviluppato un programma di PT composto da 10 fasi, per i genitori di bambini con disturbi esternalizzanti, in particolare con ADHD. Sono inoltre disponibili adattamenti italiani (Vio et al. 1999). Gli obiettivi sono quelli di aumentare le conoscenze dei genitori sul disturbo, di modificare i loro pensieri (distorsioni cognitive), di insegnare le tecniche comportamentali del rinforzo positivo e del costo della risposta, del modeling, ecc.

Accanto al PT sono stati poi sviluppati interventi di tipo cognitivo-comportamentale diretti al bambino con lo scopo di guidarlo all'uso del pensiero strategico e riflessivo attraverso un numero fisso di sedute (Cornoldi 1986).

Scopo

Proponiamo un metodo semplificato di intervento di PT in cui si tenta di coinvolgere attivamente accanto ai genitori il bambino. Lo scopo è apprendere le tecniche di autocontrollo e autoregolazione.

Possibili vantaggi potrebbero essere una maggior motivazione del bambino a cambiare i suoi comportamenti, diventando effettivamente il protagonista dell'intervento; il luogo di apprendimento delle strategie di autoregolazione sarebbe l'abitazione e non l'ambulatorio del medico/terapeuta che diventa invece il luogo del riconoscimento dei successi e del chiarimento degli insuccessi.

Uno dei problemi maggiormente riconosciuti delle terapie comportamentali infatti è la difficoltà nell'ottenere la generalizzazione dei risultati positivi a contesti diversi da quelli dell'ambulatorio.

Il Parent Training modificato

Presentiamo le 10 fasi da noi modificate del PT, di Barkley nella versione di Anastopoulos (1990). La maggior parte delle fasi prevede il coinvolgimento attivo del bambino oltre che dei genitori.

Step 1: overview dell'ADHD

L'operatore verifica e aggiorna le conoscenze dei genitori e del bambino sul disturbo e individua una linea di partenza.

Inoltre analizza le capacità dei genitori e del bambino di modificare i propri stili comportamentali, illustra i principi del child-parent training, fissa gli obiettivi minimi raggiungibili, discute sulle aspettative da parte dei genitori e del bambino sul trattamento, riconducendole se necessario ad un dato reale e spiega come un cambiamento nel comportamento del bambino e nelle interazioni della famiglia avverrà in maniera graduale e non rapida.

Step 2: comprendere le relazioni genitori-figli

L'operatore spiega ai genitori e al bambino che l'emergenza e/o il mantenimento di un dato comportamento dipende da 4 fattori: caratteristiche del bambino, caratteristiche dei genitori, grado di compatibilità tra queste caratteristiche (stile genitoriale) e possibili situazioni stressanti famigliari.

Egli fornisce loro inoltre informazioni sulle principali tecniche comportamentali e il ruolo del rinforzo negativo, attraverso l'esempio del ciclo richiesta-non soddisfazione della richiesta.



Step 3: aumentare i momenti di interazione positiva.

Spesso i bambini ADHD hanno interazioni di tipo diretto e non gradevole con i loro genitori: allora si chiede ai genitori per circa 10-20 minuti al giorno di interagire con il bambino, senza fargli nessun tipo di richiesta, ma mettendosi a disposizione e giocando al suo gioco preferito ecc. È la fase del tempo privilegiato. Il bambino è invitato a esprimere le sue preferenze di gioco.



Step 4: estendere le interazioni positive ad altre situazioni: dare comandi in maniera più efficace

Il genitore in questa fase apprende ad evidenziare i comportamenti positivi del bambino in situazioni notoriamente difficili per lui, dando rinforzi positivi immediati e coerenti. I bambini ADHD infatti spesso vengono ignorati se soddisfano una richiesta (è il loro dovere!), ma questo fa ridurre la possibilità che tali episodi si verifichino. I comportamenti lievemente negativi vengono invece ignorati. I genitori apprendono poi a dare comandi in maniera efficace: diretti, brevi, che possono verificare costantemente tenendo sott'occhio il bambino ecc.

Step 5a: il sistema a gettoni o punti

Lo scopo è dare al bambino una motivazione esterna e tangibile affinché possa soddisfare le richieste dei genitori. Essi forniscono una lista di premi che possono motivare il bambino e una lista di comportamenti o regole che vogliono che il bambino rispetti a cui verrà assegnato un punteggio. Il bambino può essere coinvolto attivamente nella produzione della lista dei premi e dei doveri.

I gettoni o i punti guadagnati daranno la possibilità di ottenere i premi stabiliti.

Step 5b

Dopo aver individuato insieme al bambino e ai genitori un numero limitato (3-5) di comportamenti inadeguati legati inizialmente alla disattenzione, alla impulsività e all'iperattività, questi vengono distribuiti nell'arco della giornata e per luogo (qual è il più problematico al mattino? Al pomeriggio? Alla sera? Dove: a casa? A scuola? Al supermercato? Con gli amici?) in uno schema settimanale.

Il bambino non dovrà far altro che apporre un SI o un NO a seconda che sia stato in grado di controllare quel comportamento o meno.

Dopo un iniziale periodo di osservazione, e discussione dei risultati ottenuti, (1-2 settimane), allo scopo di comprendere anche le reali capacità di portare a termine il programma, si inizia il sistema del punteggio concordando anticipatamente il numero dei premi graduati per obiettivi raggiunti.

Una volta conquistati i premi, si esorterà il bambino a trovare altri comportamenti difficili da controllare, che andranno a sostituire i precedenti, per poter ottenere ulteriori premi. Dopo una prima fase di controlli settimanali o quindicinali, il controllo può avvenire mensilmente.

Step 6: aggiungere il costo della risposta

In questa fase si rifinisce il sistema a gettoni o punti includendo le strategie del costo della risposta per i comportamenti lievemente negativi, che nella fase precedente venivano ignorati. In questa parte del programma sia i genitori che il bambino vengono istruiti su come vengono tolti punti e gettoni se la richiesta del genitore non viene soddisfatta o se il bambino non è in grado di soddisfare il punto 5b.



Step 7: uso del time out o pausa (TO)

Il TO consiste in una punizione più severa per forme più gravi di violazione delle regole o insoddisfazione delle richieste. Insieme al bambino vengono discussi e concordati i motivi che faranno scattare il TO ed il numero di segnali di avvertimento prima del TO. Viene identificato il luogo del TO e decise tre regole: il bambino rimarrà nel TO per un tempo minimo (un minuto per ogni anno d'età); i genitori non devono avvicinarsi finché il bambino non è calmo o non è passato il tempo minimo; alla fine del TO i genitori devono ridare il comando che ha portato al TO e se questo non viene eseguito occorre ricondurre il bambino al TO e ricominciare il ciclo.



Step 8: regolare il comportamento nei luoghi pubblici

Lo scopo di questa fase è estendere l'uso del programma da casa a fuori casa. L'operatore identifica con i genitori e con il bambino i luoghi problematici e insegna ad applicare le strategie apprese precedentemente in tali ambiti.

Step 9: spunti per la gestione dei comportamenti a scuola e preparazione alla fine del programma

Si insegna ai genitori l'utilizzo del sistema dei gettoni anche a scuola, attraverso un resoconto giornaliero degli insegnanti su comportamenti stabiliti in precedenza. E' necessario uno o più incontri con gli insegnanti perché collaborino a questo tipo di training. Genitori ed insegnanti devono evidenziare quali comportamenti ritengono di difficile gestione e discutere come intendono fronteggiare tali problemi.

Step 10: sessioni di controllo

Le sessioni di controllo sono degli incontri mensili che prevedono la discussione dei cambiamenti ottenuti, le resistenze ancora presenti, un ripasso delle tecniche apprese.

Bibliografia

- Barkley R. A. (1997) *Defiant Children A Clinician's Manual For Assessment And Parent Training. Second Edition.* New York, Guilford Press
- Briesmeister J. M., Schaefer C.E. (1989) *Handbook Of Parent Training: Parents As Co-Therapist for Children's Behavior Problems. Second Edition,* New York, John Wiley & Son.
- Cornoldi C., Cardinale M., Masi A., Pettinò L. (1986) *Impulsività E Autocontrollo: Interventi E Tecniche Metacognitive.* Trento, Erickson
- Vio C., Marzocchi M., Offredi F. (1999). *Il Bambino Con Deficit Di Attenzione e Iperattività: Diagnosi Psicologica E Formazione Dei Genitori.* Trento, Erickson
- Kirby E, Grimley L.K. (1986) *Disturbi Dell'Attenzione E Iperattività. Guida Per Psicologi E Insegnanti.*
- Marzocchi M. (2003) *Bambini Iperattivi E Disattenti: cosa possono fare per loro genitori, insegnanti e terapeuti.* Bologna, Il Mulino.