

Emozioni e sindrome di Asperger

Educazione affettiva
per bambini e ragazzi
con sindrome di Asperger

Tony Attwood e Michelle Garnett

MATERIALI
NEUROSVILUPPO



Erickson

EMOZIONI E SINDROME DI ASPERGER

Come aiutare i bambini e i ragazzi con disturbo dello spettro autistico, in particolare i soggetti con sindrome di Asperger, che mostrano un repertorio limitato di azioni e gesti per esprimere affetto e una generale carenza di empatia? Come intervenire adeguatamente quando faticano a riconoscere le convenzioni sociali riguardanti l'affettività, si irrigidiscono per atteggiamenti troppo espansivi o, al contrario, manifestano eccessive richieste d'affetto?

Un programma per aiutare bambini e adolescenti con sindrome di Asperger a comprendere le manifestazioni di affetto e a esprimerle in modo adeguato in base al contesto e alle situazioni.

Questo volume, scritto da due psicologi clinici con un'esperienza pluriennale nei disturbi dello spettro autistico, presenta un programma rivolto a insegnanti, psicologi e terapeuti, finalizzato ad aiutare bambini e adolescenti con sindrome di Asperger a migliorare le proprie manifestazioni emotive e, di conseguenza, la qualità delle loro relazioni. Il programma, chiaro e semplice da attuare, è articolato in 5 sessioni, ognuna delle quali è dedicata a uno specifico argomento/abilità:

1. Analizzare i sentimenti di affetto
 2. Riconoscere ed esprimere l'affetto
 3. Fare e ricevere complimenti
 4. Comprendere le ragioni per le quali esprimiamo apprezzamento o amore con parole e gesti di affetto
 5. Sviluppare la capacità di esprimere affetto.
- Le attività possono essere svolte efficacemente con singoli o piccoli gruppi anche in assenza di una specifica formazione nel settore.

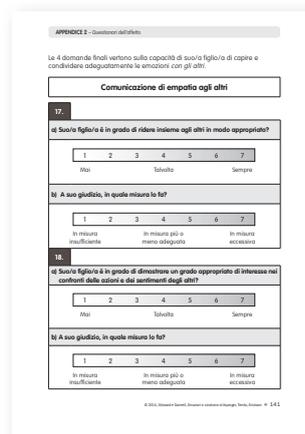
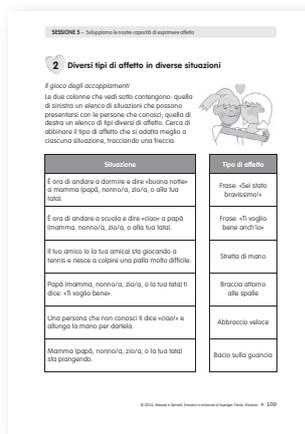
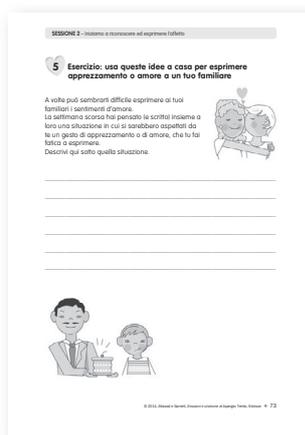
GLI AUTORI

TONY ATTWOOD

Psicologo clinico, da più di 25 anni si dedica in particolare allo studio della sindrome di Asperger, di cui è uno dei massimi esperti.

MICHELLE GARNETT

Psicologa clinica, ha fondato e dirige «Minds & Arts», una clinica specializzata per persone con autismo e sindrome di Asperger.



Tanti esercizi e giochi per migliorare la gamma delle espressioni emotive e la loro modulazione in relazione al contesto.

Le appendici riportano le storie utilizzate per il programma di valutazione e i questionari dell'affetto.

€ 19,50



www.erickson.it

Indice

- 9** PRIMA PARTE – Introduzione
- 11** CAP. 1 Perché i bambini e gli adolescenti affetti da sindrome di Asperger hanno bisogno di un programma che li aiuti a comprendere ed esprimere l'affetto
- 17** CAP. 2 Il programma: scopi e destinatari
- 19** CAP. 3 Terapia cognitivo-comportamentale

- 23** SECONDA PARTE – Come svolgere il programma
- 25** CAP. 4 Valutazione della capacità di comunicare affetto
- 31** CAP. 5 Come gestire il gruppo e le sessioni individuali
- 37** CAP. 6 Struttura delle sessioni
- 39** CAP. 7 Quadro generale delle sessioni

- 51** TERZA PARTE – Le sessioni
- 53** Sessione 1 Introduzione al programma: analizziamo i sentimenti di affetto
- 67** Sessione 2 Iniziamo a riconoscere ed esprimere l'affetto
- 75** Sessione 3 Facciamo e riceviamo complimenti
- 91** Sessione 4 I motivi per cui esprimiamo apprezzamento o amore con parole e gesti di affetto
- 105** Sessione 5 Sviluppiamo le nostre capacità di esprimere affetto

- 119** Bibliografia

- 121** QUARTA PARTE – Appendici
- 123** Appendice 1 Storie utilizzate per il programma di valutazione
- 131** Appendice 2 Questionari dell'affetto

Perché i bambini e gli adolescenti affetti da sindrome di Asperger hanno bisogno di un programma che li aiuti a comprendere ed esprimere l'affetto

L'affetto nell'infanzia

Tra familiari e amici normalmente ci si aspetta che vi sia uno scambio regolare e reciproco di parole e gesti d'affetto, che risulta piacevole e proficuo per tutti. Fin dalla prima infanzia i bambini cercano l'affetto dei loro genitori e ne traggono beneficio; già a 1 o 2 anni d'età sono in grado di leggere i segnali inviati dalle persone che si aspettano di ricevere affetto da loro e sanno riconoscere le situazioni in cui è opportuno darlo. Uno dei primi segnali che i clinici sfruttano per diagnosticare un disturbo dello spettro autistico in un neonato o in un bambino è l'apparente incapacità di trovare conforto nelle coccole che riceve nei momenti di stress. Con la crescita, il bambino con sviluppo tipico matura una comprensione intuitiva riguardo al tipo, alla durata e al grado di affettività ritenuti idonei in base alle situazioni e alle persone. I bambini, già al di sotto dei 2 anni, sanno che le parole e i gesti d'affetto costituiscono il meccanismo di riparazione emozionale forse più efficace, sia per sé che per gli altri, quando è avvertito un disagio. Purtroppo, invece, per alcuni bambini affetti da disturbi dello spettro autistico, in particolare da sindrome di Asperger, un abbraccio può essere percepito come una sensazione fisica sgradevole e limitante e, quindi, è probabile che per questo imparino precocemente ad astenersi dal piangere, visto che il loro pianto finisce per procurare loro una bella «strizzata» da parte di qualcuno. Il bambino affetto da DSA può anche non riuscire a capire perché un genitore o un amico rispondano al suo disagio con un abbraccio. Come disse un adulto con sindrome di Asperger: «Che cosa può fare un abbraccio per risolvere il problema?». È possibile che un bambino con questo disturbo percepisca e apprezzi l'abbraccio come una forte pressione rilassante, più che come un gesto di condivisione, alleviamento e conforto da sentimenti negativi.

Alla luce della nostra esperienza clinica, abbiamo notato che i bambini e le bambine affetti da disturbi dello spettro autistico generalmente preferiscono i giocattoli duri, come i modellini di dinosauri in plastica e le macchinine di metallo, piuttosto che quelli morbidi, che rappresentano caratteristiche umane e tendono a

suscitare sentimenti forti e gesti di amore e di affetto nei bambini con sviluppo tipico, e anche negli adulti, e che sono molto poco propensi a giocare con i loro pari. I bambini con sviluppo tipico interpretano lo svolgimento di un'attività comune o la condivisione di un giocattolo come indicatori di apprezzamento, mentre la mancata disponibilità in questo senso può portare gli altri a percepire il soggetto che si comporta così come poco socievole e non apprezzabile.

I bambini affetti da sindrome di Asperger possono anche non riconoscere le convenzioni sociali riguardanti l'affettività e, ad esempio, esprimere a un insegnante e aspettarsi in cambio lo stesso grado di affetto che darebbero alla mamma. Ci sono anche differenze di genere nell'espressione dell'affetto tra amici: mentre le bambine con sviluppo tipico si attendono che l'affetto sia sempre presente nei loro giochi, quelle con sindrome di Asperger o altri disturbi dello spettro autistico possono vedere lo stesso affetto come un ostacolo per la determinazione delle amicizie; inoltre, la dimostrazione di indifferenza o distacco rispetto all'affetto dimostrato dai pari può inibire l'inclusione sociale di questi soggetti e contribuire alla perdita di possibili amicizie, sia nei maschi sia nelle femmine.

In linea generale, un bambino con sindrome di Asperger può riuscire ad apprezzare un'espressione di affetto molto rapida e lieve, ma sentirsi confuso o sopraffatto se prova o si aspetta gradi più marcati. D'altra parte, in alcuni bambini con questo disturbo può avvenire anche il contrario, quando richiedono quantità quasi eccessive di affetto, in quanto estremamente bisognosi di rassicurazioni o esperienze sensoriali, e spesso esprimono un'affezione troppo intensa o immatura. Essi possono non cogliere i segnali non verbali e gli indizi contestuali che normalmente indicano al soggetto tipico quando è opportuno smettere di dimostrare affetto, poiché esso suscita sentimenti di disagio o di imbarazzo nell'interlocutore.

Quando un genitore esprime il proprio amore a un figlio portatore di un disturbo dello spettro autistico, magari con un abbraccio appassionato, gli può capitare di sentire che il corpo del bambino si irrigidisce invece che rilassarsi e rispondere all'abbraccio, rannicchiandosi contro il corpo del papà o della mamma. Il bambino, quando è sotto stress, può non riuscire a trovare conforto nelle parole e nei gesti d'affetto dei genitori e, in tali casi, se un'espressione di questo tipo viene rifiutata o non sortisce alcun effetto, i genitori possono domandarsi come fare per riuscire ad alleviare il disagio dei loro figli o addirittura maturare dei dubbi in merito al fatto che li apprezzino o li amino davvero. L'uso sporadico di gesti e parole di affetto da parte del bambino può rattristare i genitori e gli amici, che potrebbero sentirsi privati del suo attaccamento e non apprezzati o amati apertamente. La madre di una ragazzina affetta da sindrome di Asperger riferì che la mancanza di affetto da parte di sua figlia nei confronti della famiglia stava «praticamente spezzando il cuore a suo padre, che non riusciva a fare a meno di abbattersi». Un altro genitore esprime il concetto secondo cui «fa veramente male non riuscire ad avere con il proprio figlio il tipo di rapporto che ci si aspetta». Se il suo amore non è ricambiato, un genitore può cercare di ottenerne di più aumentando l'intensità e la frequenza delle proprie effusioni, ma ciò può portare a un ritirarsi ancora più marcato del figlio o della figlia, e quindi alla reciproca sofferenza.

Il programma: scopi e destinatari

Quali sono gli scopi di questo programma?

Gli psicologi riconoscono che l'affetto è essenziale per la salute fisica e mentale delle persone ed è un importante mezzo per stabilire e mantenere le amicizie e le relazioni.

Benché ai clinici sia chiesto raramente di aiutare una persona con sviluppo tipico a esprimere il proprio apprezzamento o amore per qualcuno, i genitori e gli specialisti dei disturbi dello spettro autistico si stanno sempre più rendendo conto che i bambini e gli adulti che ne sono affetti hanno bisogno di informazioni e linee guida per capire ed esprimere l'affetto.

Pertanto, gli scopi del programma sono i seguenti:

1. aiutare il bambino/ragazzo o la bambina/ragazza a esprimere e sperimentare l'affetto, per migliorare le sue amicizie e le sue relazioni;
2. aiutare il bambino/ragazzo o la bambina/ragazza a identificare non solo i propri limiti di disinvoltura e apprezzamento dei gesti, degli atti e delle parole di affetto, ma anche quelli degli amici e dei familiari;
3. migliorare la gamma di espressioni dei bambini/ragazzi atte a trasmettere l'apprezzamento e l'amore agli altri, adeguandole a ciascuna relazione e situazione;
4. presentare spiegazioni, che i professionisti possono fornire a genitori e amici, riguardo alle sfide che deve affrontare una persona affetta da tali disturbi per leggere i segnali che indicano i momenti in cui le espressioni di affetto sono richieste e apprezzate.

Il programma e il presente volume sono stati originariamente progettati dal prof. Tony Attwood e dalla dott.ssa Michelle Garnett, due esperti psicologi clinici specializzati nei disturbi dello spettro autistico e con un'esperienza di parecchi decenni. Un esperimento pilota di applicazione del programma condotto di recente ha fornito risultati positivi, grazie ai quali i bambini hanno mostrato una maggiore comprensione dello scopo dell'affetto e i genitori hanno riferito

dei notevoli miglioramenti nell'appropriatezza del comportamento affettivo dei propri figli (Sofronoff et al., 2011). Il programma è attualmente in corso di valutazione tramite uno studio controllato randomizzato e, similmente, i bambini che hanno partecipato al programma hanno dimostrato un miglioramento sia nella comprensione che nell'uso appropriato delle espressioni di affetto (Andrews, Attwood e Sofronoff, 2013).

Chi può usare questo programma?

Questo programma, che è stato progettato per l'uso da parte di insegnanti, psicologi e terapisti, può essere svolto con un singolo a casa o con un gruppo costituito da un massimo di sei membri.

Le attività sono piuttosto semplici e non c'è bisogno di presentatori che abbiano particolari qualifiche in psicologia o che debbano essere sottoposti a una formazione specifica prima di iniziare il programma.



1 Le attività e le esperienze che ti piacciono

Tutti abbiamo attività ed esperienze che ci piacciono particolarmente. Pensa fino a dieci attività o esperienze che ti piacciono e scrivile negli spazi riportati sotto.

Attività o esperienza	Quanto ti piace questa attività o esperienza
1. _____	_____
2. _____	_____
3. _____	_____
4. _____	_____
5. _____	_____
6. _____	_____
7. _____	_____
8. _____	_____
9. _____	_____
10. _____	_____

Alcune attività ed esperienze ci piacciono tanto, mentre altre un po' meno.



6 Come rispondi a un complimento?

Quando ti viene fatto un complimento, puoi esprimere:

- ♥ apprezzamento
- ♥ accordo.



Pensa ad alcuni esempi di:

♥ apprezzamento _____



♥ accordo _____

4 Come fai a capire se hai dato *troppo* affetto?

Quali sono i segnali nell'espressione del viso, nel linguaggio del corpo e nelle parole di una persona?

Espressione del viso _____

Linguaggio del corpo _____

Parole dette _____

Come si sentirà quella persona? _____





APPENDICE 2

Questionari dell'affetto¹

Affection for Others Questionnaire (AOQ), «Questionario dell'affetto verso gli altri»

Le domande elencate sotto sono inerenti tutti i tipi di affetto che suo/a figlio/a (tra i 5 e i 13 anni), affetto/a da un disturbo dello spettro autistico, è in grado di dimostrare *agli altri*. L'attenzione è concentrata in particolare sull'affetto dimostrato alle persone al di fuori della stretta cerchia familiare, come: insegnanti, compagni di classe, amici di famiglia, negozianti e anche estranei. La preghiamo di compilare il questionario anche se suo/a figlio/a, in questo senso, incontra pochissime difficoltà di espressione. Ciascuna domanda è costituita da due componenti, che riflettono:

- a) la frequenza con la quale suo/a figlio/a dimostra appropriatamente il suo affetto agli altri, nelle diverse modalità specificate:
 - deve rispondere a questa prima componente riflettendo sulla frequenza delle dimostrazioni *appropriate* di affetto che suo/a figlio/a rivolge *agli altri*, e quindi valutandole su una scala di sette punti (gradi), che va da «mai» a «sempre»;
- b) la misura di tali sue dimostrazioni:
 - per rispondere a questa seconda componente deve giudicare la *misura*, sempre su una scala di sette punti, con la quale suo/a figlio/a esterna l'affetto *agli altri*.

¹ Fonte: Sofronoff e collaboratori (2013).

Ecco qui di seguito un esempio:

Situazione						
a) Suo/a figlio/a è in grado di salutare qualcuno in modo appropriato?						
1	2	3	4	5	6	7
Mai			Talvolta			Sempre

Se ha scelto il numero 1, ritiene che suo/a figlio/a non saluti mai le persone in modo appropriato, poiché, ad esempio, sbraita loro in piena faccia il suo saluto oppure le ignora totalmente.

b) A suo giudizio, in quale misura lo fa?						
1	2	3	4	5	6	7
In misura insufficiente			In misura più o meno adeguata			In misura eccessiva

Se ha scelto il numero 1, ritiene che capiti raramente che suo/a figlio/a saluti le persone in modo appropriato, ossia che non lo faccia in misura sufficiente. Al contrario, se ha scelto i numeri 6 o 7, ritiene che il motivo per cui suo/a figlio/a non riesce a salutare in modo appropriato le persone sia dovuto al fatto che lo fa in misura eccessiva.