

Piaceri&Saperi **BenEssere** / di Sara Gandolfi

Insegnare l'emozione ai bimbi Asperger

Sette facili passi per aiutare chi soffre di questa forma di autismo a controllare la rabbia. Esplorando i sentimenti

ALL'AEROPORTO PER SCOPRIRE L'ESPRESSIONE DELLA FELICITÀ

La terapia cognitiva, affettiva e comportamentale è uno strumento indispensabile per aiutare i bambini affetti da sindrome di Asperger a vivere meglio la propria quotidianità. Si tratta di un disturbo, molto simile all'autismo ad alto funzionamento, che comporta un ritardo nella maturità sociale, difficoltà nel fare amicizie (spesso questi bimbi sono vittime di bullismo), difficoltà nel controllo e nella comunicazione delle emozioni, goffaggine nel camminare e nella coordinazione. D'altro lato i bambini Asperger mostrano forte sensibilità a suoni, sapori e consistenze specifiche e insolite capacità linguistiche che includono un ampio vocabolario e una sintassi elaborata ma in concomitanza hanno difficoltà specifiche di apprendimento, conversazioni immature e tendenza a essere pedanti.

In collaborazione con Spazio Asperger, la casa editrice Armando ha avviato la collana "Infinite diversità" che debutta con un saggio del dottor Tony Attwood, *Esplorare i sentimenti*. Il Programma messo a punto dallo psicologo clinico inglese, che lavora in Australia, è l'unica tipologia di intervento *evidence based* (con risultati provati scientificamente) per il trattamento di ansia, rab-

bia, depressione e manifestazione dell'affetto in ragazzi Asperger e con autismo ad alto funzionamento, secondo le Linee Guida 21 dell'Istituto Superiore di Sanità. Il Programma, peraltro, non deve essere necessariamente implementato da uno psicologo, ma può essere svolto anche da maestre, insegnanti, logopediste, terapisti occupazionali e genitori senza un training specifico. In sette punti, Attwood ci illustra, per iniziare, come insegnare a un bambino Asperger a esplorare i propri sentimenti.



1 Rendi le tue espressioni facciali e i tuoi gesti comprensibili, e mantienili per il tempo necessario affinché il bambino riesca a leggere e a processare mentalmente le tue emozioni.

2 Fai notare al bambino le emozioni in situazioni reali. Per esempio, all'aeroporto mostragli le persone che esprimono in modo evidente i propri sentimenti nel momento del saluto, siano essi di felicità all'arrivo o di frustrazione alla partenza di parenti e amici. Sottolinea le diverse espressioni anche durante i programmi televisivi o i film.

3 Se l'espressione del bambino è troppo intensa, spiega e dimostra che cosa sarebbe più adatto in quel momento.

4 Esprimi verbalmente i tuoi sentimenti con parole chiare, spiegando anche perché provi quei sentimenti in quel momento.

5 Se il bambino è indeciso su quale espressione facciale fare, fai esempi concreti.

6 Se il bambino è fortemente sconvolto, rimani calmo e non chiedergli di spiegarti qual è il problema. Probabilmente è troppo agitato per tentare una spiegazione. Piuttosto tranquillizzalo, assicurandolo gentilmente e spiegandogli che quelle sensazioni negative si allontaneranno presto.

7 Quando il bambino esprime il corretto livello di emozioni nella sua quotidianità, fagli le congratulazioni.

Piaceri&Saperi BenEssere / 102

Insegnare l'emozione ai bimbi Asperger
Sette facili passi per aiutare chi soffre di questa forma di autismo a controllare la rabbia. Esplorando i sentimenti

IL SAGGIO Il saggio *Esplorare i sentimenti* del dottor Tony Attwood, psicologo clinico inglese che lavora in Australia, è l'unica tipologia di intervento *evidence based* (con risultati provati scientificamente) per il trattamento di ansia, rabbia, depressione e manifestazione dell'affetto in ragazzi Asperger e con autismo ad alto funzionamento, secondo le Linee Guida 21 dell'Istituto Superiore di Sanità. Il Programma, peraltro, non deve essere necessariamente implementato da uno psicologo, ma può essere svolto anche da maestre, insegnanti, logopediste, terapisti occupazionali e genitori senza un training specifico. In sette punti, Attwood ci illustra, per iniziare, come insegnare a un bambino Asperger a esplorare i propri sentimenti.

IL SAGGIO Il saggio *Esplorare i sentimenti* del dottor Tony Attwood, psicologo clinico inglese che lavora in Australia, è l'unica tipologia di intervento *evidence based* (con risultati provati scientificamente) per il trattamento di ansia, rabbia, depressione e manifestazione dell'affetto in ragazzi Asperger e con autismo ad alto funzionamento, secondo le Linee Guida 21 dell'Istituto Superiore di Sanità. Il Programma, peraltro, non deve essere necessariamente implementato da uno psicologo, ma può essere svolto anche da maestre, insegnanti, logopediste, terapisti occupazionali e genitori senza un training specifico. In sette punti, Attwood ci illustra, per iniziare, come insegnare a un bambino Asperger a esplorare i propri sentimenti.

IL SAGGIO Il saggio *Esplorare i sentimenti* del dottor Tony Attwood, psicologo clinico inglese che lavora in Australia, è l'unica tipologia di intervento *evidence based* (con risultati provati scientificamente) per il trattamento di ansia, rabbia, depressione e manifestazione dell'affetto in ragazzi Asperger e con autismo ad alto funzionamento, secondo le Linee Guida 21 dell'Istituto Superiore di Sanità. Il Programma, peraltro, non deve essere necessariamente implementato da uno psicologo, ma può essere svolto anche da maestre, insegnanti, logopediste, terapisti occupazionali e genitori senza un training specifico. In sette punti, Attwood ci illustra, per iniziare, come insegnare a un bambino Asperger a esplorare i propri sentimenti.