

LUDO, ERGO SUM!

**LE FUNZIONI
ESECUATIVE E
L'ADHD**

Associazione

Moviment famiglie ADHD VCO





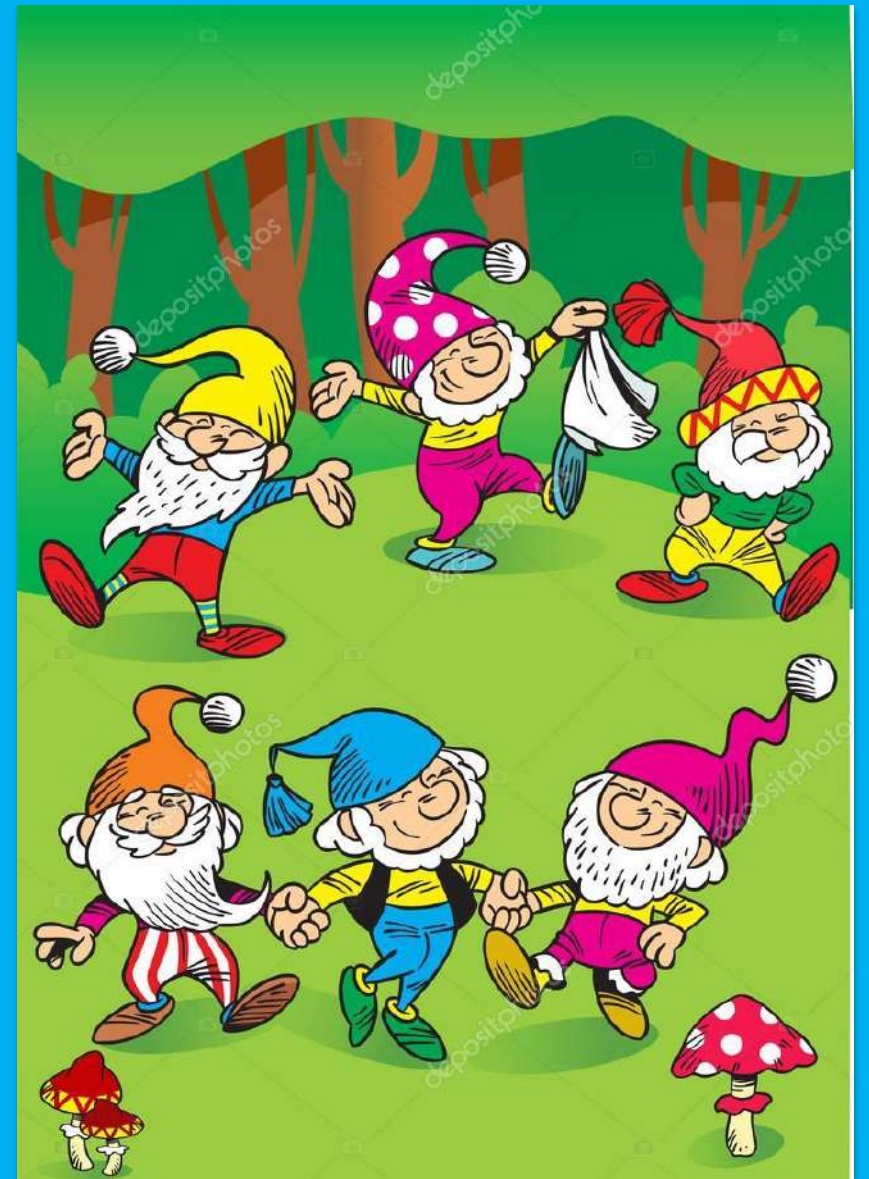
L'INSEGNANTE DI SOSTEGNO



Quella dell'insegnante di sostegno è una figura di fondamentale importanza non solo per i bambini e i ragazzi che hanno una qualche forma di handicap, ma per l'intero gruppo di alunni che frequenta la classe, perché è in grado di offrire consigli e sostegno a chiunque ne abbia bisogno.

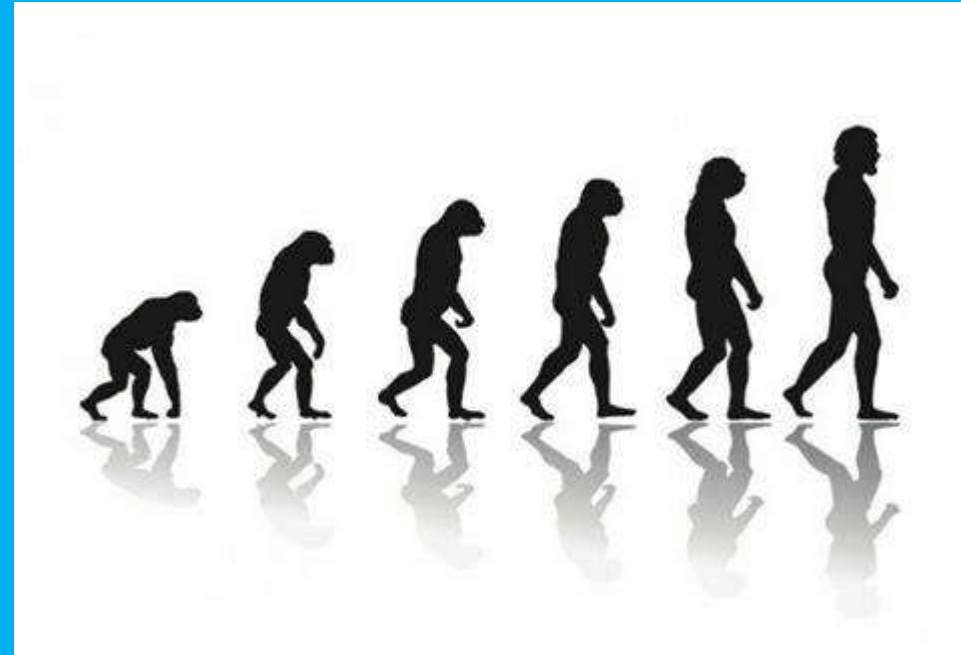
**IMMAGINATE
NEL VOSTRO CERVELLO
TANTI PICCOLI GNOMI
CHE BALLANO
ARMONIOSAMENTE.**

**CIASCUNO GNOMO E'
UNA VOSTRA
FUNZIONE ESECUTIVA**



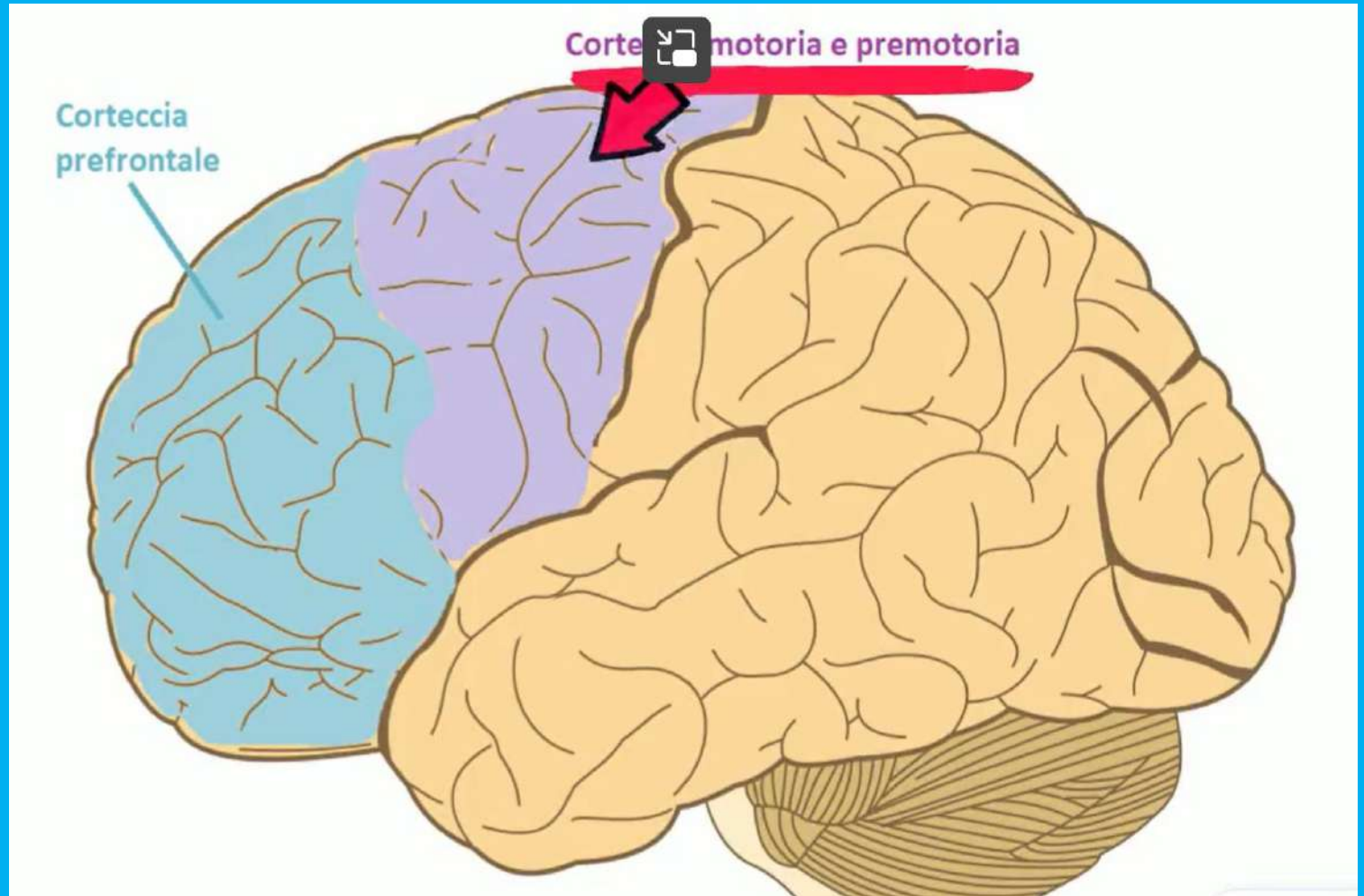
LE F.E. SONO PREDITTIVE DI ADATTAMENTO E DI SUCCESSO NELLA VITA (anche rispetto al Qi)

- ◇ SONO DIVERSI PROCESSI MENTALI CHE VENGONO MESSI IN ATTO NEL MOMENTO IN CUI SI TENTA DI PERSEGUIRE UNO SCOPO, UN OBIETTIVO QUANDO AFFIDARSI ALL'ISTINTO PUO' RISULTARE INSUFFICIENTE O ADDIRITTURA DANNOSO.
- ◇ SONO QUINDI ABILITA' COGNITIVE CHE RENDONO UN INDIVIDUO CAPACE DI ESEGUIRE UN COMPORTAMENTO MA ANCHE DI CONTROLLARE E REGOLARE I PROPRI IMPULSI E LE PROPRIE EMOZIONI.



DOVE SONO POSIZIONATE LE F.E.?

- ◇ SONO SITUATE NEI LOBI FRONTALI.
- ◇ LA CORTECCIA FRONTALE E' SEDE DELLE FUNZIONI ESECUTIVE COGNITIVE, PIU' DIETRO LA CORTECCIA MOTORIA SI OCCUPA DEL MOVIMENTO VOLONTARIO.



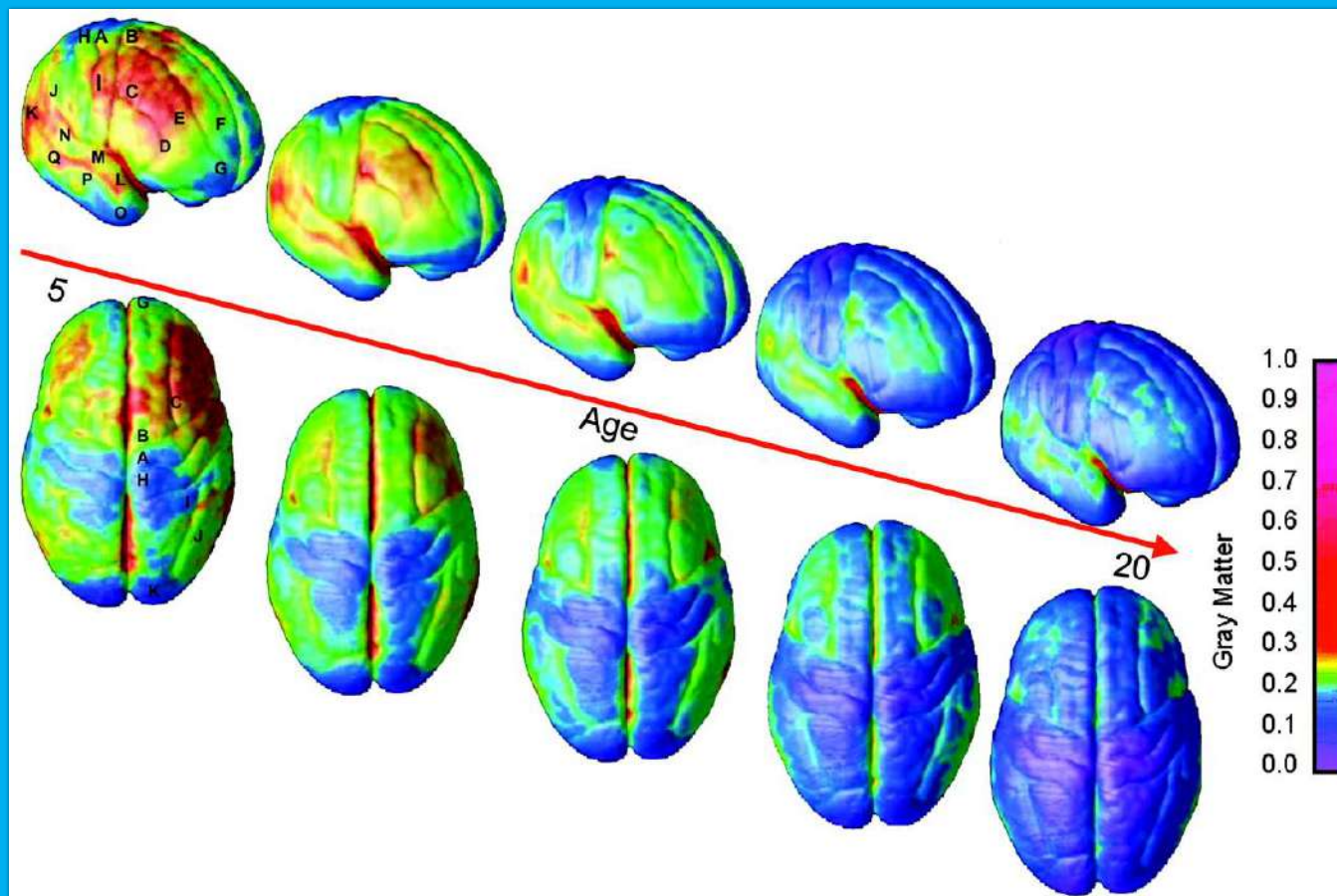
COME SI SVILUPPANO LE FUNZIONI ESECUTIVE?

IL MASSIMO SVILUPPO DELLE F.E. AVVIENE TRA I 3 E I 10 ANNI

DOVE E' IMPORTANTE POTENZIARLE TANTISSIMO

TRA GLI 11 E I 25 CONTINUANO IL LORO SVILUPPO, MA IL COMPLETAMENTO SI AVRA'

INTORNO AI 25 ANNI



TEORIA DEL CERVELLO TRIPARTITO

CERVELLO RETTILIANO = bisogni e istinti innati nell'uomo

CERVELLO LIMBICO = (SISTEMI MOTIVAZIONALI: attaccamento, accudimento, agonismo, cooperazione IPPOCAMPO, AMIGDALA)

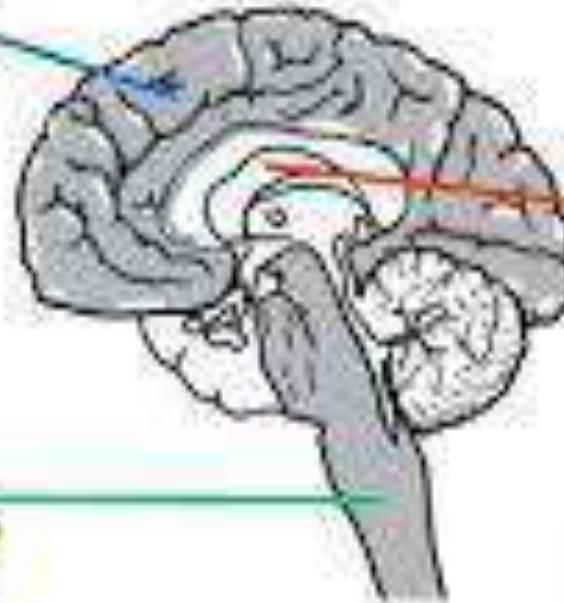
SEDE DELLE EMOZIONI FORTI, fobico, aggressivo, cura della prole, innamoramento, ludico

(SIST. ATTACCO FUGA),

CERVELLO NEOCORTICALE = materia neuronale

SEDE DEL PENSIERO, DEL RAGIONAMENTO, DELL'IMMAGINAZIONE, DELLA PIANIFICAZIONE E DELLE FUNZIONI ESECUTIVE, DELL'EMPATIA.

CERVELLO NEOCORTICALE:
LINGUAGGIO E PENSIERO
(società, cultura)



CERVELLO RETTILIANO:
SOPRAVVIVENZA
(alimentazione e sessualità)



CERVELLO LIMBICO:
EMOZIONI
(attaccamento, accudimento,
agonismo, cooperazione)

CERVELLO TRINO - PAUL MACLEAN



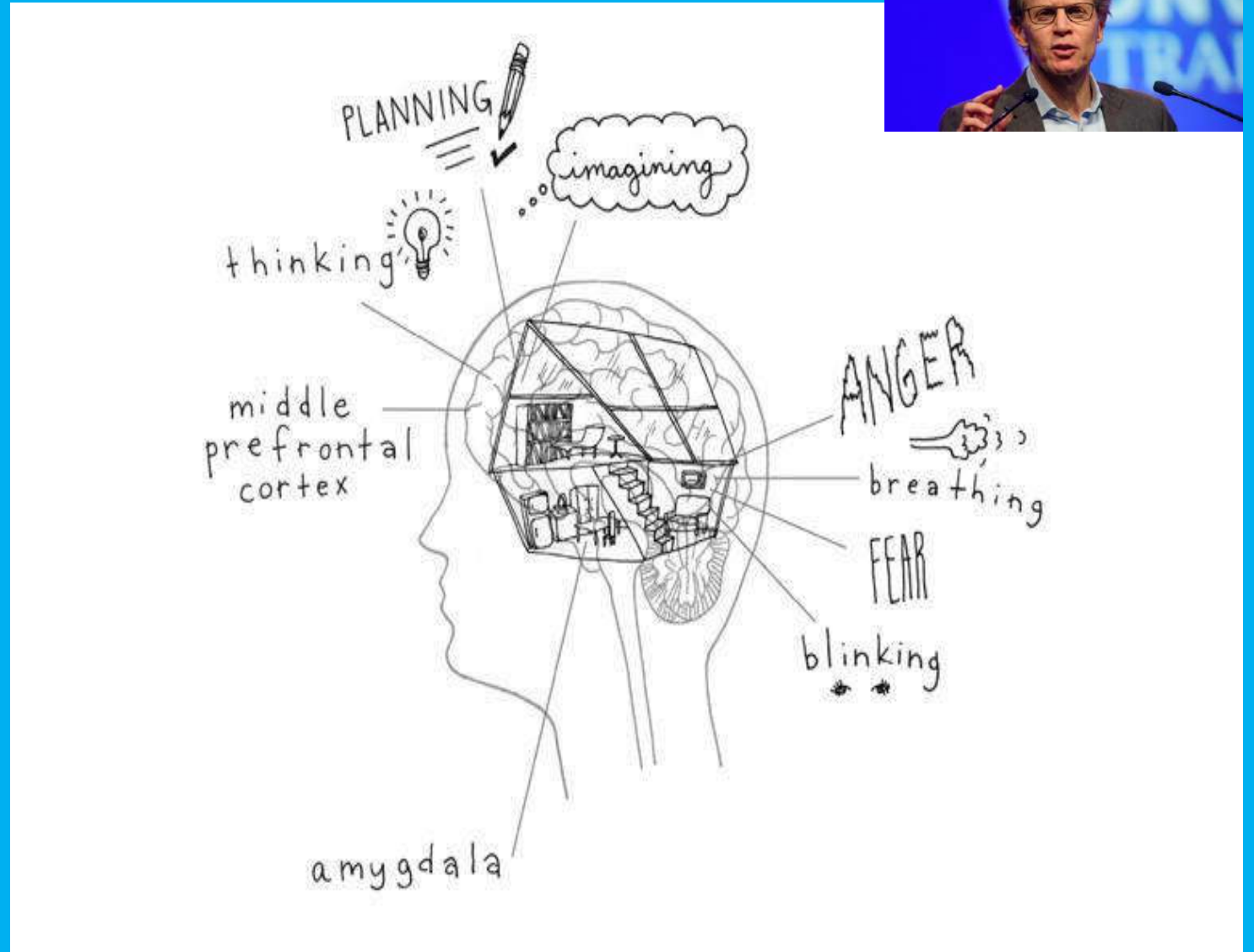
IL CERVELLO ...COME UNA CASA IN COSTRUZIONE Daniel Siegel

1' PIANO

Controllo e regolazione delle emozioni, mantenimento della Motivazione, emozioni intense, digestione e respirazione

2' PIANO

Inibizione, Memoria, Flessibilità Cognitiva, Pianificazione, Attenzione Sostenuta, Ragionamento, Problem solving



NOI ADULTI SIAMO LA CORTECCIA DEGLI ADOLESCENTI!!

LO DISSE ANCHE DANTE
NELLA DIVINA COMMEDIA !!

NON
PARTIAMO
CON I
«PIPPONI E
LE NOTE!»



MA LAVORIAMO DI
METACOGNIZIONE
METTENDOCI
PERO' NEI LORO
PANNI

FUNZIONI ESECUTIVE

```
graph TD; A[FUNZIONI ESECUTIVE] --- B[INIBIZIONE]; A --- C[MEMORIA DI LAVORO]; A --- D[FLESSIBILITÀ COGNITIVA]; B --- E[RAGIONAMENTO]; C --- F[PROBLEM SOLVING]; D --- G[PIANIFICAZIONE];
```

The diagram illustrates the hierarchy of executive functions. At the top is the main title 'FUNZIONI ESECUTIVE'. A vertical line connects it to a large rectangular box containing three sub-functions: 'INIBIZIONE', 'MEMORIA DI LAVORO', and 'FLESSIBILITÀ COGNITIVA'. Below these three boxes is the label 'nucleo primario'. Two diagonal lines extend downwards from the 'INIBIZIONE' and 'FLESSIBILITÀ COGNITIVA' boxes to a second large rectangular box at the bottom. This second box contains three sub-functions: 'RAGIONAMENTO', 'PROBLEM SOLVING', and 'PIANIFICAZIONE'. Below these three boxes is the label 'ordine superiore'.

INIBIZIONE

MEMORIA DI LAVORO

FLESSIBILITÀ COGNITIVA

nucleo primario

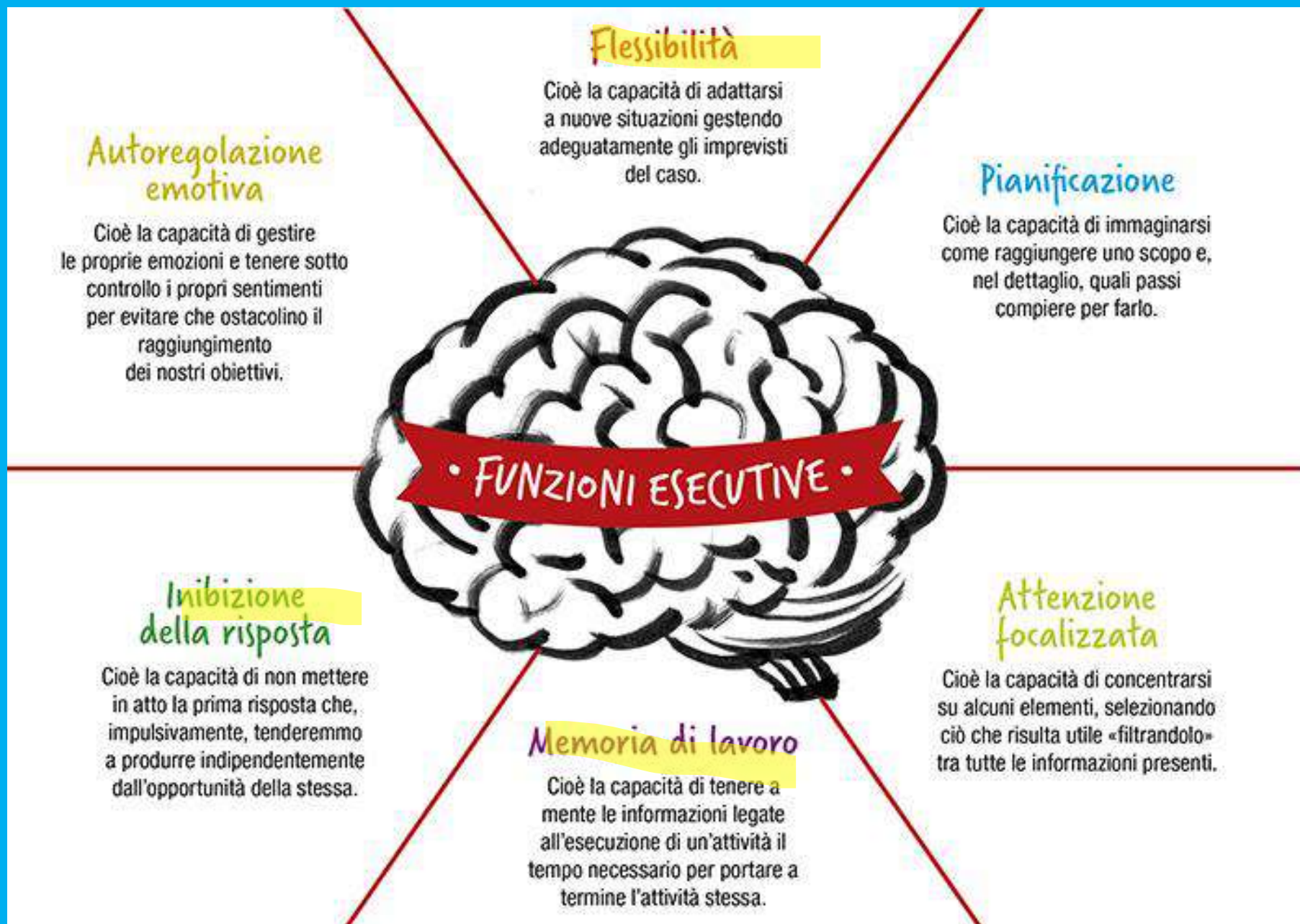
RAGIONAMENTO

PROBLEM SOLVING

PIANIFICAZIONE

ordine superiore

LA FLESSIBILITA' MENTALE, L'INIBIZIONE E LA MEMORIA DI LAVORO S'INTRECCIANO CON ALTRI PROCESSI COGNITIVI ALTI, EMOTIVI E MOTIVAZIONALI GUIDANDO IL COMPORTAMENTO VERSO L'OBIETTIVO



PRIMA LEGGI LE PAROLE SCRITTE

MARRONE

ROSSO

GIALLO

BLU

BIANCO

NERO

ARANCIONE

AZZURRO

ROSA

VERDE

◇ ORA DIMMI I COLORI CON CUI SONO SCRITTE LE PAROLE

MARRONE

ROSSO

GIALLO

BLU

BIANCO

NERO

ARANCIONE

AZZURRO

ROSA

VERDE

**UN CONTADINO HA 4 CUMULI DI FIENO
IN UN ANGOLO DEL CAMPO
E 5 CUMULI DI FIENO IN UN ALTRO ANGOLO.
SE LI METTE TUTTI INSIEME,
QUANTI CUMULI DI FIENO AVRA'?**



E QUANDO GLI GNOMI SONO UN PO' DISTRATTI, DISORGANIZZATI, IMPULSIVI, MENTALMENTE RIGIDI ECC??



**IL CERVELLO E' DIVISO IN DUE :
LA PARTE POSTERIORE E' DOVE SI IMPARA,
LA PARTE ANTERIORE E' DOVE SI FA!**

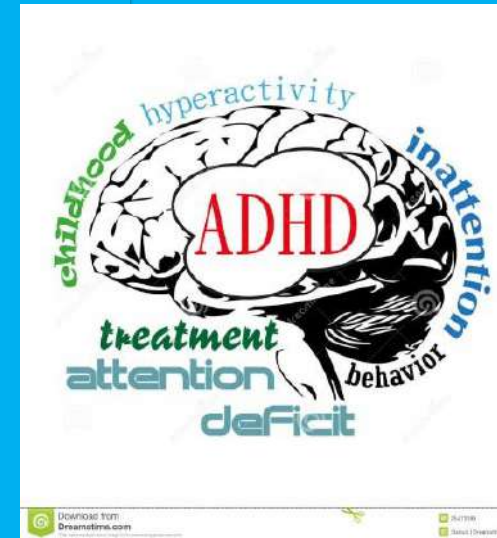
Prof. Barkley



**L'ADHD LE DIVIDE IN DUE:
NON IMPORTA QUELLO CHE SAI... NON LO PUOI USARE.
SAI QUELLO CHE DEVI FARE, MA NON RIESCI A FARLO**

**Dicesi: DISTURBO DELLA FUNZIONE ESECUTIVA
L'ADHD E' UN DISTURBO DELL'ESECUZIONE,
NON DELLA CONOSCENZA!**

**PERCIO' METTE A RISCHIO TUTTE LE AREE DELLA VITA QUOTIDIANA
NON E' UNA QUESTIONE DI VOLONTA'!**



LE 3 PRINCIPALI CARATTERISTICHE DELL'ADHD

non dimentichiamoci la DISREGOLAZIONE EMOTIVA!!

DISATTENZIONE

- Difficoltà a mantenere l'attenzione su attività per un periodo prolungato di tempo;
- Essere facilmente distratti da stimoli esterni od interni;
- Evitare attività che richiedono uno sforzo attentivo prolungato;
- Perdere spesso oggetti;
- Essere sbadato nelle attività quotidiane;
- Difficoltà a seguire le istruzioni e a portare a termine il lavoro richiesto.

IPERATTIVITA'

- Comportamento agitato, spinto da un'energia interna difficile da contenere;
- Movimento incontrollato e spesso afinalistico, saltando ovunque, violando regole e limiti;
- Difficoltà a rimanere seduti o a stare fermi per un periodo prolungato;
- Iperattività da banco;
- Parlare in modo eccessivo e interrompere gli altri durante una conversazione;

IMPULSIVITA'

- Agire senza pensare alle conseguenze delle proprie azioni;
- Dare le risposte in anticipo senza aspettare che la domanda sia completata;
- Passare da un'attività all'altra senza che la prima sia completata;
- Avere difficoltà ad attendere il proprio turno, in attività di gruppo o conversazioni;
- Interrompere gli altri spesso, risultando perciò invadente;
- **MARE FUORI**

COSA SUCCEDDE IN ADOLESCENZA?

Periodo di transizione biologica



- ❖ LA DISATTENZIONE E LE DIFFICOLTA' ESECUTIVE PERSISTONO, SONO DISORGANIZZATI E SI EVIDENZIA UN DEFICIT MOTIVAZIONALE.
- ❖ L'IPERATTIVITA' MOTORIA SI RIDUCE, MA SI INTERNALIZZA DIVENTANDO INQUIETUDINE INTERNA, PENSIERO INTERROTTO, ARBORESCENTE, RITMI MENTALI VELOCI E DISORDINATI, VOGLIA DI STARE SEMPRE FUORI CASA, VITA SREGOLATA E SENZA ORARI.
- ❖ L'IMPULSIVITA' PUO' DIVENTARE PIU' VERBALE, IL RAGAZZO E' SEMPRE ESPOSTO A INIZIATIVE NON RAGIONATE, NON FA IN TEMPO A RIFLETTERE, RESTA LA PROPENSIONE AD ESPORSI AL PERICOLO

IL PROBLEMA DELL'ADHD:

NON SAPER MODULARE IL COMPORTAMENTO ALLE ESIGENZE DELL'AMBIENTE

disturbo della neurotrasmissione dopaminergica di natura genetica
e della neurotrasmissione noradrenalinergica di natura comportamentale



Prof Marco Catani



L'ADHD IMPATTA
SUL COMPORTAMENTO SOCIALE
A CAUSA DI UN DIFETTO
DELL'EFFETTO MODULATORIO
DI DUE TIPOLOGIE DI
NEUROTRASMETTITORI CHE
AGISCONO COME IL CAMBIO

NEURONI CHE RILASCIANO GLUTAMMATO....ACCELERANO

NEURONI GABA FRENANO

DOPAMINA → **INIBISCE E CONCENTRA** (MOTIVAZIONE ATTENZIONE VOLONTA')

VIENE RILASCIATA
IN MANIERA RIDOTTA

NORADRENALINA →

DISTURBO DEL COMPORTAMENTO ACQUISITO

**AUMENTO DELLA CONCENTRAZIONE, DELL'IRRITABILITA',
ANSIA, MOVIMENTO, AGGRESSIVITA'**



Simulatore adhd

<https://youtu.be/BX9TeGZAlqE>



ADHD E COMORBILITA'

Molto Frequente (40-50%)

- Disturbo Oppositivo-provocatorio
- Disturbo della Condotta

Frequente (30%)

- Disturbi d'Ansia
- DSA

Moderatamente frequente (15-20%)

- Disturbi dell'Umore (BD e Depressione)
- D. di Tourette
- DOC

Rara (5-10%)

- Disturbi pervasivi dello sviluppo (autismo, D. di Asperger)
- Ritardo Mentale

QUALI TECNICHE USARE CON LORO??

TOKEN ECONOMY RINFORZO POSITIVO
NEGOZIAZIONE

MEDIAZIONE

PUNIZIONI

Costo alla risposta

LO AIUTO A RIFLETTERE
SUGLI ERRORI



QUALI TECNICHE USARE PER DIPINGERE?

OLIO

DRIPPING

TEMPERE

AFFRESCO

ACQUERELLI

MOSAICO

COSA SERVE PRIMA DELLA TECNICA?

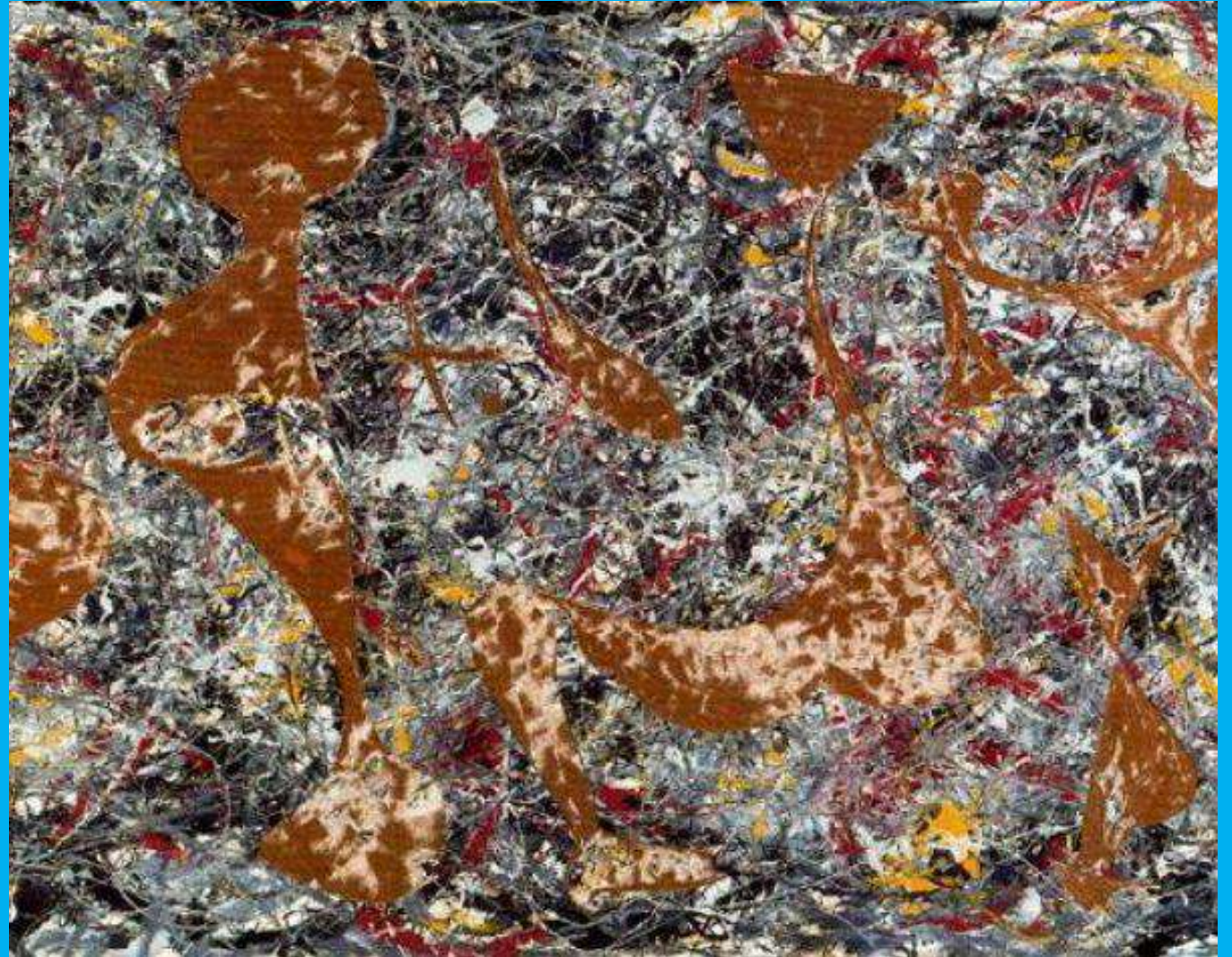


POLLOCK

L'ARTISTA AVEVA UN CARATTERE DIFFICILE, UN'INFANZIA COMPLESSA, TRASCORSE UN'ADOLESCENZA CARATTERIZZATA DA VIOLENTI ATTACCHI DI COLLERA A CAUSA DEI QUALI VENNE ESPULSO VARIE VOLTE DA SCUOLA. AVEVA VISSUTO ALL'INSEGNA DI ECCESSI E SREGOLATEZZA TRA PROBLEMI PSICHICI E ALCOLISMO.

- INFORMARMI E FORMARMI SULL'ADHD;
- METTERMI NEI PANNI DI QUEL DATO RAGAZZO/A CON ADHD;
- PROVARE PASSIONE PER ENTRARE IN RELAZIONE

FUORI DALLA RETE



**HOKUSAI
LA GRANDE ONDA**

**FACILE DA
CAPIRE!!
COME UN
COMUNE
ADOLESCENTE
ARRABBIATO!**



LA RELAZIONE EMPATICO/COMPASSIONEVOLE

se vuoi che l'altro cambi... cambia tu!

- ◇ **ASTENIAMOCI DA GIUDIZIO DETERMINATO DALLA MORALE DENTRO DI NOI E DALLA LEGGE SOCIALE ESTERNA A NOI**
- ◇ **IMPARIAMO AD OSSERVARE IL COMPORTAMENTO, L'ANTECEDENTE E LE CONSEGUENZE TUTTE (TECNICA DELL'ABC)**
- ◇ **PROVIAMO A CAPIRE COSA MODIFICARE NELL'ANTECEDENTE CHE HA DETERMINATO IL COMPORTAMENTO PERCHE' NON SI VERIFICHINO PIU'**
- ◇ **IMPARIAMO A RINFORZARE POSITIVAMENTE**
- ◇ **LA RIFLESSIONE E LA METACOGNIZIONE SOLO QUANDO ARRIVA LA CALMA**
- ◇ **IMPARIAMO AD ASCOLTARLI IN MODO EMPATICO**

TRASFORMIAMOCI DA MOSCHE IN API

Radhanath Swami



◇ APE



Estraendo solo il nettare buono, senza intaccare la pianta. Cerca l'essenza di ogni fiore. Persino in un luogo coperto di immondizia, piuttosto che prestare attenzione a tutto quel sudiciume, l'ape rimane concentrata nella sua ricerca di nettare buono e presta attenzione all'unico fiore cresciuto in mezzo a tanta spazzatura.

I DIFETTI CI SARANNO IN TUTTE LE PERSONE, FOCALIZIAMOCI SUL POSITIVO, LE BUONE QUALITA'!

◇ MOSCA



In un corpo sano, la mosca si concentrerà nel succhiare una crosta infetta.

La mosca può volare su centinaia di fiori, ma focalizzerà la sua attenzione sull'assaporare immondizia ed escrementi.

CRITICARE E' UNA DIPENDENZA! NON FOCALIZIAMOCI SULLE MANCANZE, TIRIAMO FUORI IL MEGLIO DA NOI E DAGLI ALTRI!

DA COSA DIPENDE L'AUTOREGOLAZIONE?

1. COMPRENDERE LE PERSONE E GLI EVENTI NEL PROPRIO CONTESTO:

- ESSERE CONSAPEVOLI DELLA PROPRIA PERSONA IN TERMINI DI EMOZIONI E COMPORTAMENTO
- CONSAPEVOLEZZA DELLE REAZIONE DEGLI ALTRI
- PERCEZIONE SOCIALE E PERSONALE DELLE CONSEGUENZE
- RICONOSCIMENTO DI ALTERNATIVE CHE POSSONO MODIFICARE LA CATENA DEGLI EVENTI

2. AVERE UNA MOTIVAZIONE A CAMBIARE EVENTI SPIACEVOLI;

- CREDERE CHE CAMBIARE E' POSSIBILE
- AVERE AUTOSTIMA PER CREDERE DI MERITARSI UN MIGLIORAMENTO

3. AVERE FIDUCIA NEGLI ADULTI

- FIDUCIA NELLE CAPACITA' DELL'ADULTO A RISPETTARE LE EMOZIONI DEL RAGAZZO
- CREDERE CHE L'ADULTO USI L'AUTORITA' IN MODO SAGGIO
- FIDUCIA ELLE CAPACITA' DELL'ADULTO DI RISOLVERE I PROBLEMI



ADO DI IERI E ADO DI OGGI



IL GIOCO NEL CONTESTO GRUPPALE HA UN'ENORME POTENZIALITÀ PERCHÉ È POSSIBILE LAVORARE SU UNA SERIE DI ASPETTI:

- **COMPORIMENTALI AD ES. IL RISPETTO DEL TURNO**
- **EMOTIVO-RELAZIONALI (AD ES. LAVORO SULL'ESPRESSIONE DELLA RABBIA AGONISTICA)**
- **SULLA COOPERAZIONE PER IL RAGGIUNGIMENTO DI UN OBIETTIVO COMUNE**
- **È POSSIBILE FAR EMERGERE DIFFERENZE INDIVIDUALI MA ANCHE EMOZIONI CONDIVISE**
- **PUÒ DIVENTARE UN'OPPORTUNITÀ DI ARRICCHIMENTO PER IL SINGOLO ALUNNO (SAPPIAMO QUANTO I RAGAZZI APPRENDANO PER IMITAZIONE DI UN MODELLO – NEURONI SPECCHIO). UN PARI COMPETENTE PUÒ ESSERE UN MODELLO MOLTO PIÙ EFFICACE DELL'ADULTO NEL FAVORIRE LO SVILUPPO POTENZIALE, PERCHÉ PIÙ SIMILE PER CARATTERISTICHE.**

POTENZIARE CON IL GIOCO INDIVIDUALE

IL POTENZIAMENTO INDIVIDUALE A SCUOLA PUÒ ESSERE UTILIZZATO COME PAUSA GIOCO DALLE ATTIVITA' DIDATTICHE IMPEGNATIVE MENTALMENTE E POCO DIVERTENTI.

LA SCELTA DEL TIPO DI MATERIALE DA UTILIZZARE DEVE ESSERE BEN PONDERATA DALL'INSEGNANTE SULLA BASE DELLE SINGOLE CARATTERISTICHE DEL RAGAZZO CHE HA DI FRONTE, PRESTANDO ATTENZIONE SIA AI SUOI PUNTI DI FORZA CHE A QUELLI DEBOLEZZA.

ALL'INIZIO OCCORRE FAR CAPIRE AL RAGAZZO CHE PUÒ FARCELA A GIOCARE, AUMENTARGLI L'AUTOSTIMA POI QUANDO CAPISCE LO SCHEMA E IL MECCANISMO DI GIOCO ... INIZIARE A GIOCARE SUL SERIO ANCHE NOI!!

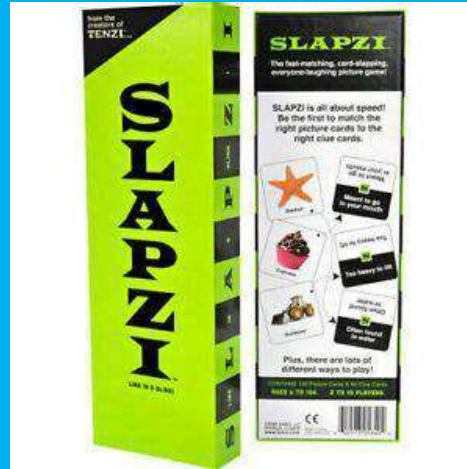
GIOCHI PER SVILUPPARE L'ATTENZIONE



GIOCHI PER SVILUPPARE LA PLANIFICAZIONE



GIOCHI PER SVILUPPARE LA CAPACITA' DI INIBIRE LA PRIMA RISPOSTA



GIOCHI PER SVILUPPARE LA MEMORIA DI LAVORO



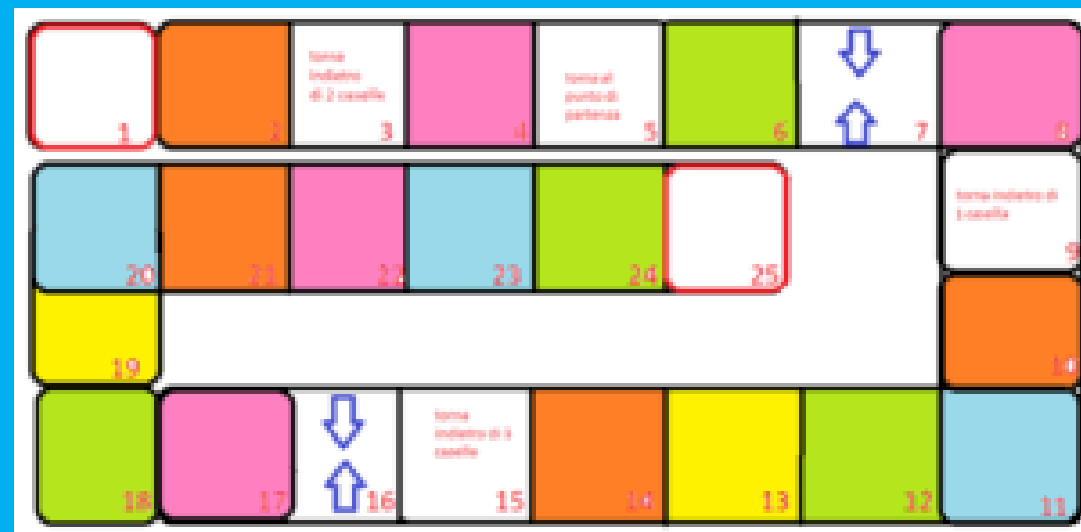
GIOCHI PER SVILUPPARE L'AUTOREGOLAZIONE EMOTIVA



IL GIOCO CHE POTENZIA TUTTE LE F.E.



IL GIOCO CHE PUOI CREARE TU PER LA TUA CLASSE



AD OGNI COLORE CORRISPONDONO UN MAZZO DI CARTE IMPREVISTO NELLE QUALI SARA' DESCRITTO UN AVVENIMENTO O SITUAZIONE E DELLE POSSIBILITA DI REAZIONE O COMPORTAMENTO, SE LA SCELTA E' CORRETTA SI PROCEDE.

GRAZIE A TUTTI PER
L'ATTENZIONE SOSTENUTA
ORA POSSIAMO COMINCIARE A
GIOCARRE...

trainingadhdvco@gmail.com

cel. 3388490928

fb. ADHDVCO

