

Autismo - Un decalogo per i genitori

Dieci consigli per aiutare i propri figli ad abbandonare la chiusura autistica

Carissimi genitori.

Queste note sono dedicate a voi e ai vostri figli e hanno lo scopo di aiutarvi ad effettuare, quanto meglio e rapidamente possibile, quel percorso affettivo-relazionale che potrà permettere ai vostri piccoli di abbandonare, come una cosa assolutamente inutile, anzi molto dannosa, la chiusura verso gli altri e il mondo fuori di loro, che si erano imposti in un momento della loro giovanissima vita.

Conosco molto bene lo sgomento e l'ansia provata da tutti voi nel momento in cui un vostro figlio ha ricevuto una diagnosi di questo tipo. Allo stesso modo conosco lo sbigottimento da voi avvertito quando, navigando su Internet, avete avuto, da una parte il sospetto della presenza di questo tipo di problematiche nel vostro bambino ma anche l'errato assioma sulla cronicità e quindi sulla impossibilità di guarire da questa patologia.

Tuttavia, se sarete disposti a mettervi in gioco e a coinvolgervi, giorno per giorno, nel relazionarvi in maniera adeguata ai bisogni di vostro figlio, sarete voi stessi a smentire queste diffuse affermazioni riguardanti la cronicità di questa patologia, e ancor più, l'asserita presenza di elementi genetici che renderebbero questi bambini irreversibilmente "neurodiversi" dai loro coetanei e dagli altri esseri umani.

Molto spesso vi sarete chiesto cosa è successo?

È successo che vostro figlio, in un certo momento della sua giovane vita, spinto da uno o più eventi o situazioni particolarmente stressanti o traumatiche, delle quali molto probabilmente non avete alcuna colpa o responsabilità, ha pensato di difendersi dalla eccessiva ansia e tensione provata in quei momenti, utilizzando una delle difese più arcaiche e immature, presenti nella psiche umana: la chiusura in sé stessi. Il vostro piccolo non avrebbe mai potuto immaginare che questa chiusura gli avrebbe creato così tanti problemi, poiché avrebbe impedito alla sua fragile e immatura personalità di crescere e svilupparsi normalmente. Inoltre, questo isolarsi dal mondo esterno, crescendo senza poter utilizzare le relazioni con le figure più importanti per ogni essere umano: i propri genitori, lo ha lasciato preda di numerose emozioni negative, come l'ansia, le paura, la tristezza, e soprattutto la diffidenza e la sfiducia verso gli altri e il mondo. Tutto ciò perché, il suo sviluppo psicologico, bloccato ad un'età molto precoce, non aveva ancora fatto in tempo a costruire delle efficienti difese psicologiche, che fossero adeguate nel gestire gli sgradevoli avvenimenti ed percezioni interne ed esterne a lui.

Quando, per motivi vari, un bambino piccolo si chiude in se stesso...

Lo sviluppo della sua personalità rallenta molto e, nei casi più gravi, si blocca del tutto.



Il blocco dello sviluppo della personalità comporta ...

Il rallentamento o il congelamento di molte funzioni essenziali: linguaggio, capacità sociali e relazionali, controllo emotivo, acquisizioni di difese psicologiche adeguate e così via.



A causa della fragilità e immaturità emotiva ed affettiva possono insorgere...

- ❖ Ansia intensa e costante
- ❖ Crisi angosciose
- ❖ Paure e fobie.
- ❖ Sfiducia verso gli altri e verso sé stessi.
- ❖ Alterazione nelle capacità ideative e cognitive.
- ❖ Scarso controllo emotivo.
- ❖ Disturbi dell'attenzione.



L'obiettivo primario

Per fortuna le chiusure, tutte le chiusure nei confronti degli altri, come quelle che avvengono tra l'altro anche nei ragazzi e negli adulti, possono risolversi e quindi sono reversibili.

Pertanto, il vostro **obiettivo primario**, sarà quello di aiutare il vostro bambino ad uscire da questa condizione di parziale o totale chiusura, che gli impedisce una normale relazione con le persone che gli sono vicine, in modo tale da ritornare a crescere e a sviluppare tutte le sue capacità e ad acquisire un normale controllo delle proprie emozioni e della propria vita intrapsichica.

L'abbandono della chiusura autistica è indispensabile...



Per permettere alla personalità del bambino di ritornare a crescere. Così da poter utilizzare al meglio tutte le sue potenzialità.

Per raggiungere questo **obiettivo primario** sarà indispensabile riuscire a costruire con il piccolo una relazione particolarmente piacevole, empatica, gioiosa, affettuosa e comprensiva. Solo a queste condizioni egli potrà avvertire che il mondo fuori di lui non solo non è cattivo, come egli credeva, ma è un mondo allegro, piacevole, tenero e comprensivo, pronto ad accogliere ogni suo istanza interiore.

Vi è un unico modo per aiutare il bambino ad abbandonare la sua chiusura autistica...

Instaurare con lui una relazione particolarmente empatica, aperta, disponibile e gioiosa.



Per fare ciò potrete utilizzare varie strategie, la più importante delle quali è rappresentata dal **Gioco Libero Autogestito**.

Lo strumento migliore per questo tipo di relazione è...

**Il Gioco
Libero
Autogestito**



Questo particolare tipo di gioco fa comprendere al bambino...

Che i propri genitori, e il mondo che essi rappresentano, sono come lui li desidera: affettuosi, vicini, allegri, dialoganti e attenti ai suoi bisogni e desideri.



Quando raggiungerete questo obiettivo primario: l'abbandono della chiusura in sé stessi e l'apertura verso gli altri e il mondo, egli potrà sviluppare tutte quelle capacità che sono ancora presenti nella sua psiche ma che non possono essere espresse pienamente ed adeguatamente.

In definitiva solo nel momento in cui egli abbasserà le sue difese e abbandonerà la condizione di chiusura che si era imposta, potranno svilupparsi tutte quelle capacità che, fino ad allora sono rimaste come congelate nella sua mente: l'attenzione, la percezione, la comprensione, il ragionamento logico, l'autonomia, una adeguata socialità ed affettività e un buon controllo emotivo.

L'apertura agli altri e al mondo permetterà al bambino di sviluppare tutte le sue potenzialità.

- ❖ **L'attenzione.**
- ❖ **La percezione**
- ❖ **La comprensione**
- ❖ **Il ragionamento logico**
- ❖ **L'autonomia.**
- ❖ **L'affettività.**
- ❖ **La socialità.**
- ❖ **Il normale controllo emotivo.**



Quanto tempo ci vorrà per ottenere questa indispensabile apertura?

Non sappiamo in quanto tempo otterrete ciò, in quanto le variabili sono numerose: l'età del bambino, la gravità della chiusura che si è imposta, ma soprattutto la vostra capacità e disponibilità nel mettervi in gioco e attuare tutte le azioni e i comportamenti che sono indispensabili per raggiungere l'obiettivo primario che vi siete proposti. Tuttavia, la nostra attuale esperienza ci suggerisce che se i genitori si attivano e coinvolgono pienamente nel creare un'ottima relazione con

il loro figlio, utilizzando la tecnica del Gioco Libero Autogestito, questo obiettivo, nei bambini con meno di cinque anni, di solito si raggiunge in meno di un anno, alcuni genitori l'hanno raggiunto in pochi mesi.

Per tale motivo, durante quest'anno o questi mesi, il vostro impegno e il vostro coinvolgimento dovranno essere notevoli, nel modificare tutti gli impegni giornalieri e i comportamenti che impediscono al piccolo di avere piena fiducia in voi genitori e nel mondo che voi rappresentate.

Cercate pertanto di seguire, quanto meglio vi è possibile, i consigli e le indicazioni sottostanti.

Primo

Innanzitutto, poiché anche i termini usati sono importanti nel creare l'immagine interiore che ogni genitore ha del proprio figlio ma che serve a correggere l'immagine errata che gli altri hanno di questi bambini, sarebbe bene non usare, quando parlate tra di voi, con i familiari, gli amici e i conoscenti, termini che per noi sono assolutamente impropri, come: "Ho un figlio autistico", oppure "Ho un figlio neurodiverso, neurodivergente". Sostituite queste definizioni utilizzando frasi più aderenti alla realtà come: *"Ho un bambino che presenta sintomi di chiusura autistica"*. O, ancor meglio, potete tranquillamente parlare di vostro figlio dicendo semplicemente: *"Ho un bambino che, in questo periodo, presenta dei sintomi di chiusura in sé stesso"*. In tal modo descriverete molto meglio e con più esattezza quello che realmente è presente e vive nella mente e nel cuore del vostro bambino.

Nel mentre cercate di avere di vostro figlio un'immagine molto diversa da quella presente oggi, create attorno al vostro piccolo un ambiente il più sereno, gioioso, caldo e accogliente possibile. Evitate, ad esempio, conflitti e scontri con l'altro coniuge, i parenti o gli altri figli. Sapendo che le liti, le urla, i rimproveri, i toni aspri, lo spaventano e, quindi, lo costringono a mantenere o ad accentuare la difesa che aveva attuato, mentre un ambiente ricco di rispetto reciproco, accoglienza e amore lo rasserena e lo spinge all'apertura e alla fiducia nei confronti del mondo che lo circonda.

Uno o più eventi ambientali
sfavorevoli possono aver
provocato la loro chiusura...



Un ambiente
molto
favorevole, può
eliminarla

I litigi li spaventano...

L'amore li rasserena



Odiano i toni aspri...

**Parliamo con
loro usando
molta dolcezza**



Temono i rumori forti...

Offriamo loro
ambienti
silenziosi



I rumori li disturbano...

Una musica dolce li rilassa

Secondo

Impegnatevi a riservare a vostro figlio quanto più tempo possibile, per dedicarlo al dialogo, al gioco e alle coccole. Giocate, quindi, con lui **per almeno un'ora al giorno**, inserendovi, quando a lui fa piacere, come dei **simpatici, allegri amici**, nei giochi o nelle attività che vuole effettuare in quel determinato momento. Senza tener conto del tipo di gioco o dell'utilità cognitiva dell'attività da lui intrapresa. Poiché tutti i giochi, anche quelli molto semplici, ripetitivi, banali, chiaramente stereotipati o solo apparentemente pericolosi, sono preziosi per creare quella relazione profonda ed empatica tra voi e il vostro bambino. A questi giochi potrà partecipare il papà, la mamma o, ancora meglio, entrambi i genitori. Anche i fratelli, i nonni, gli zii o gli insegnanti e altri operatori, potranno dare il loro apporto. Tuttavia, i contributi dei genitori sono sicuramente i più validi e importanti.

A quali giochi partecipare?

A tutti quelli che il bambino effettua, desidera o richiede esplicitamente.

Tranne che non siano sicuramente pericolosi per sé o per gli altri.



Anche i giochi molto semplici e ripetitivi sono preziosi, perché servono ad inviare al bambino un messaggio rassicurante e caldo d'amore...

Il mondo è bello e ti vuole bene. Il mondo rispetta e accoglie i tuoi bisogni e i tuoi desideri.



Chi deve giocare?

**Il papà, la mamma o,
ancora meglio,
entrambi i genitori.**



Terzo

Mentre vi impegnate a far uscire dalla sua condizione di chiusura il vostro bambino, evitate di assumere, nei confronti del piccolo, un ruolo educativo e formativo poiché, nella situazione di grave immaturità affettiva ed emotiva ma anche di tensione e ansia, nel quale egli si trova, non ha senso cercare di insegnargli quello che, a vostro giudizio, potrebbe essere molto utile e adatto alla sua età cronologica. Questo tipo di comportamenti darebbe a lui molto fastidio e si convincerebbe ancor più che gli altri non comprendono i suoi bisogni e amano farlo soffrire. Mentre egli è felice e soddisfatto soltanto quando è pienamente libero di fare tutto ciò che desidera. Per tale motivo sono inutili e anche controproducenti le varie terapie, che di solito sono consigliate: logoterapia, psicomotricità, terapie comportamentali, ABA e così via.

Inoltre, data la sofferenza nella quale egli vive quasi costantemente, sono per lui insopportabili tutte le imposizioni, gli insegnamenti, i richiami o i rimproveri. Al contrario gli apportano gioia, serenità e fiducia, i comportamenti dei genitori che sanno accogliere con piacere e amore ogni sua iniziativa e ogni suo bisogno. Questo impone anche di accettare i suoi strani comportamenti: soprattutto le stereotipie verbali e motorie che tanto fastidio danno ai genitori, agli insegnanti e agli altri adulti in genere.



Non amano le imposizioni e
le molte richieste...

Offriamo loro tanta libertà

Se accettiamo i loro strani
comportamenti...

**Ci sentiranno vicini ai
loro bisogni più veri**



In definitiva:

Durante il periodo necessario al bambino, affinché si renda libero dalla chiusura autistica...



- ❖ Non cercheremo di insegnare nulla al piccolo.
- ❖ Eviteremo, per quanto possibile, di indurlo ad eseguire azioni o comportamenti da lui non desiderati o sgraditi.
- ❖ Gli offriremo un ambiente sereno e accogliente, evitando contrasti e bisticci in sua presenza.

Quarto

Non parlate eccessivamente con vostro figlio, ma mettetevi in ascolto dei suoi bisogni, cercando in ogni modo di soddisfarli ed esaudirli il più rapidamente possibile, anche se, a prima vista, potrebbero sembrare degli sciocchi e inutili capricci. Se riuscite ad entrare nella sua mente, scoprireste che queste richieste nascono da esigenze per lui molto importanti. Servono, infatti, a controllare e cercare di diminuire le emozioni negative che gli creano notevole ansia e sofferenza.

I loro bisogni non sono capricci...

Accontentiamoli!



Quinto

Fino a quando il bambino non si sarà liberato dalle sue problematiche psicologiche è bene non inserirlo nell'asilo nido, nella scuola materna o in altri contesti istituzionali, dove sono presenti molti minori. Ciò in quanto, la presenza di molti bambini che parlano che interagiscono, cosa che

lui non riesce a fare, che piangono o gridano, potrebbe accentuare le sue già importanti difficoltà emotive.

È utile o necessario l'asilo nido?

NO– L'asilo nido non è affatto utile, poiché, a causa della immaturità emotiva del bambino, potrebbe accentuare la sua sofferenza e la sua chiusura.

A photograph of two young children, a boy and a girl, sitting on a swing set. The boy is on the left, wearing a dark blue shirt and light blue shorts, and the girl is on the right, wearing a light blue shirt and blue and white striped shorts. They are both looking towards the camera. The swing set is made of metal and has pink seats. The background shows a green lawn and some trees.

Per quanto riguarda la scuola primaria o secondaria, se questa istituzione riesce a permettere al bambino e ad un'insegnante a lui dedicata di effettuare, **in un ambiente a parte, soltanto ed esclusivamente l'attività di Gioco Libero Autogestito**, l'inserimento in queste scuole potrebbe essere utile. In caso contrario sarebbe meglio che il bambino si prendesse un anno sabatico, per poi ricominciare a frequentare la scuola l'anno successivo, senza il gravoso peso della chiusura autistica e quindi senza la necessità di insegnanti di sostegno o altre figure di aiuto.

Sono utili i servizi scolastici?

Si e No– Sì, se questi servizi sono in grado di offrire personale e ambienti adatti in cui effettuare soltanto attività di Gioco Libero Autogestito.

No- Se non vi è un ambiente e del personale dedicato a far effettuare al bambino il Gioco libero Autogestito

A photograph of a young child with blonde hair, wearing a blue shirt, pointing at a globe. The globe is mounted on a stand and shows the continents of Europe and Africa. The child's hand is visible, pointing towards the map of Europe. The background is a green lawn and some trees.

Sesto

Limitate al massimo, o ancor meglio eliminate del tutto in questo periodo di tempo, l'uso degli strumenti elettronici, tranne una musica dolce, che potete inserire, come sottofondo, mentre giocate con il vostro bambino o lo cullate per farlo addormentare.

La Tv e gli altri strumenti
elettronici accentuano la
loro chiusura...



**Il Gioco Libero
Autogestito la
diminuisce o la
elimina del tutto**

Settimo

Fategli frequentare con piacere e gioia tutte le persone e tutti i luoghi nei quali egli si trova a suo agio. Tenetelo invece lontano da tutti i luoghi, le persone e le situazioni che gli potrebbero creare stress, ansia e tensione interiore.

Molte cose da loro sono
odiate.
Molte cose da loro sono
amate...

**Scegliamo
queste
ultime**



Ottavo

Per quanto possibile lasciate che possa scorrazzare libero all'aria aperta in luoghi ricchi di elementi naturali: boschi, parchi, campagne, spiagge. Anche perché, in questi ambienti naturali, potrete più facilmente partecipare a dei giochi che a lui faranno sicuramente piacere.

Il traffico delle città li
innervosisce...

La natura li distende



Nono

Sappiamo che i comportamenti, i luoghi e i giocattoli che usa normalmente lo rasserenano, mentre i cambiamenti lo innervosiscono e fanno esplodere quelle deleterie crisi nervose o comportamenti auto o etero aggressivi, così difficili da controllare e affrontare, che accentuano la sua sfiducia in voi genitori e nel mondo che voi rappresentate, cosicché lo costringono a mantenere o ad accentuare la chiusura che si era imposto. Evitate quindi, per quanto possibile, ogni cambiamento, dandogli, al contrario, molte certezze.

I cambiamenti creano loro
ansia

Evitiamoli!



Sappiamo anche che da lui molte cose sono odiate, mentre altre cose sono amate. Nella logica di creare nel suo animo fiducia in noi e nel modo, scegliamo per lui solo le cose che egli desidera ed **eliminiamo in questo particolare periodo tutte le cose da lui non amate o peggio odiate.**

Molte cose da loro sono
odiate.
Molte cose da loro sono
amate...

Scegliamo
queste
ultime



Decimo

Spesso tendiamo a notare e a puntare la nostra attenzione su tutti i comportamenti che ci fanno ricordare la condizione di autismo (sono soprattutto le stereotipie che fanno andare in crisi i genitori), mentre sorvoliamo sulle capacità e qualità che il bambino esprime e sui miglioramenti presenti nel suo animo e nelle sue azioni. Questo comportamento ci fa sminuire le qualità e gli elementi positivi presenti nel bambino e tende a diminuire la fiducia e la stima che dovremmo avere sulle sue ma anche sulle nostre capacità, di riuscire a migliorare ed eliminare la sua condizione di chiusura. Pertanto, è indispensabile fare esattamente al contrario: sottolineiamo i miglioramenti ottenuti e le nostre capacità nel costruire con nostro figlio una relazione efficace.



Non facciamo l'elenco dei
loro problemi...

Ma delle loro possibilità

Un caro saluto a tutti voi e **Buon Gioco Libero Autogestito.**

Emidio Tribulato

(Medico, psicologo, specialista in neuropsichiatria adulti e infantile)

