

Indicazioni ai genitori per la gestione quotidiana di figli con FASD durante e dopo la PANDEMIA



SISTEMA SANITARIO REGIONALE



ASL
ROMA 1



CRARL
CENTRO DI RIFERIMENTO ALCOLOGICO
DELLA REGIONE LAZIO



FASD

DISORDINI DELLO SPETTRO DELLA FETO-ALCOLICA



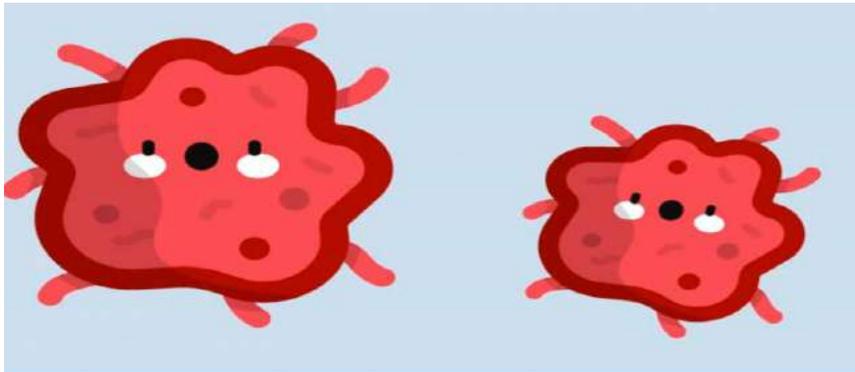
A causa della PANDEMIA, molti si trovano a dover modificare le proprie abitudini in modo radicale, perdendo i principali punti di riferimento quotidiani

In un momento difficile come questo un'attenzione particolare va rivolta alle famiglie che si trovano a dover gestire bambini esposti all'alcol nel periodo prenatale



I bambini con FASD (**F**eto-**A**lcohol **S**pectrum **D**isorder) possono presentare **difficoltà cognitive e comportamentali** varie e diverse da un bambino all'altro

A causa del coronavirus, ci troviamo a dover stare per lungo tempo in casa, con possibili ricadute sulla gestione dei bambini. **Se sei un genitore di un bambino con FASD** potresti trovare **utili i seguenti SUGGERIMENTI**



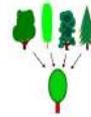


I FASD possono avere notevole difficoltà a:

1. Stabilire relazioni di CAUSA ED EFFETTO



2. GENERALIZZAZIONE



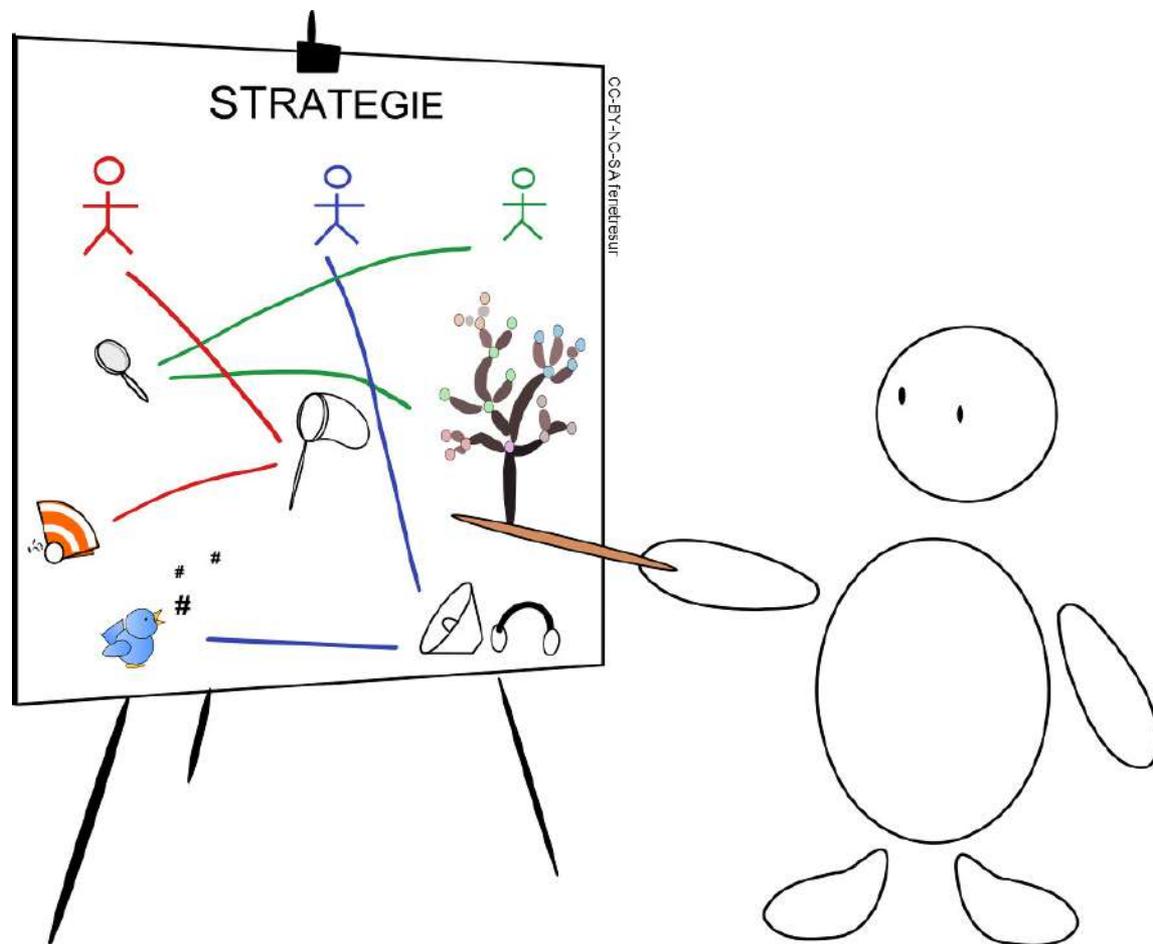
3. ORDINARE, CLASSIFICARE, INFERIRE E ASTRAZIONE

PRIORITIES

- 1.
- 2.
- 3.

4. DARE PRIORITA', PREDIRE, TRADURRE IN AZIONE E SEQUENZIARE

Ecco....alcune STRATEGIE UTILE per rendere più gestibile LA LORO VITA QUOTIDIANA



SUGGERIMENTI

- ✓ **PIANIFICA LA GIORNATA**
- ✓ **FAI DEI PIANI**
- ✓ **USA LA CREATIVITA'**
- ✓ **DAI ISTRUZIONI CHIARE**
- ✓ **SOTTOLINEA LE RELAZIONI CAUSE ED EFFETTO TRA GLI EVENTI**
- ✓ **AIUTALI A GESTIRE IL CAMBIAMENTO**
- ✓ **INTERESSATI DELLE SUE EMOZIONI E ACCOGLILE**
- ✓ **FAVORISCI L'ATTIVITA' FISICA ED UN'ALIMENTAZIONE SANA**



PER I GENITORI: » CERCA DI PRENDERTI CURA DI TE »

PIANIFICA LA GIORNATA



- ❖ **Crea una routine** in modo che il bambino sappia cosa aspettarsi. Avere un piano della giornata permette loro di sapere cosa sta per succedere e quando
- ❖ **Concorda le attività** da svolgere insieme e leggilo ogni mattina
- ❖ La routine può prevedere delle attività ad intervalli prestabiliti e alternare periodi di studio e gioco. Puoi stampare una scheda, usare un'agenda o creare un cartellone, disegnare
- ❖ Può essere molto di aiuto **l'uso di un campanello** da utilizzare per scandire un orario di inizio e di fine di un'attività
- ❖ **Lascia una routine costante**, pur continuando a cambiare alcune attività

FAI DEI PIANI

- ❖ dobbiamo affrontare **eventi che non sono sotto il nostro controllo**
- ❖ **Fare dei piani aiuta** a visualizzare il futuro prossimo
- ❖ Che attività divertente possiamo fare insieme domani pomeriggio? Quali sono i cibi preferiti che possiamo cucinare insieme oggi?



USA LA CREATIVITA'

❖ Inserisci nuove attività nella vostra routine

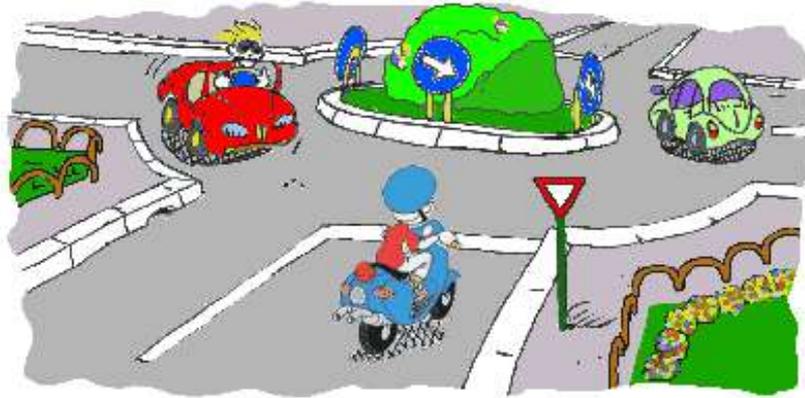
(fare un puzzle, giochi di società tutti insieme, attività musicali, giochi artistici etc.)

PS: MOSTRARE la tua capacità di affrontare i problemi potrebbe essere molto rassicurante per il BAMBINO



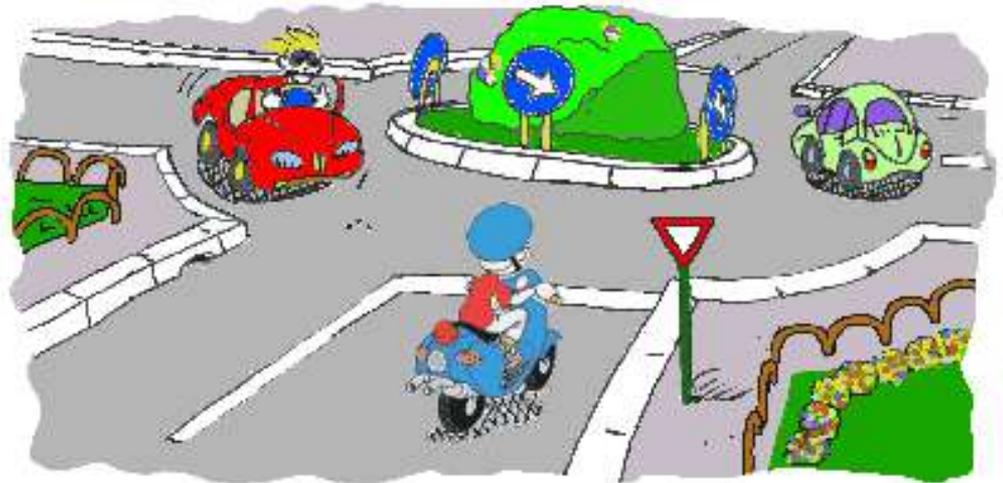
DAI ISTRUZIONI CHIARE

- Se vuoi che faccia qualcosa, **dai istruzioni brevi e specifiche**. Anziché chiedere: “potresti sistemare la tua camera?”, dì: “per favore potresti mettere i tuoi libri sotto la scrivania”



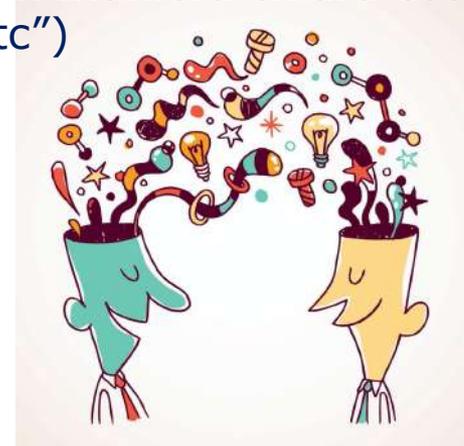
DAI ISTRUZIONI CHIARE

- Quando chiedi di concentrarsi su un compito o su quello che gli stai dicendo, ***cerca di creare un contesto in cui le fonti di distrazioni*** (spegnere la televisione, lo stereo, mettere via video giochi etc) **siano ridotte il più possibile**
- ***Cerca di utilizzare la gestualità***, l'intonazione della voce etc per rafforzare il contenuto che si vuole veicolare tramite **la comunicazione verbale**





- ❖ Ricordati che una parola o una frase possono avere diversi significati. I FASD colgono il significato letterale. Hanno difficoltà a cogliere il significato più astratto. **Individua e insegnagli i vari significati**
- ❖ **Cerca di usare frasi dirette** che chiedano in maniera chiara cosa l'altro deve fare ("lavati i denti, mettimi le scarpe etc")





SOTTOLINEA LE RELAZIONE CAUSA ED EFFETTO (1)

- ❖ Sottolineare le relazioni cause ed effetto tra gli eventi («**se fai questo, otterrai quest'altro**»)
- ❖ **Quando si interviene per correggere** un comportamento fornire **anche indicazioni su come va fatto** (esempio: Marco metti i piedi a terra non sul tavolo)
- ❖ **Fornisci subito un rinforzo dopo il comportamento adeguato specificando che cosa stai rinforzando** (ad esempio "marco che bel disegno che hai fatto" anziché "hai fatto un buon lavoro"). Il rinforzo è specifico per ogni bambino e può essere l'uso del computer, di un gioco, le carte etc



SOTTOLINEA LE RELAZIONE CAUSA ED EFFETTO (2)

- ❖ Chiarisci che ciò che **stai criticando** è il comportamento non la persona **il comportamento** può essere discutibile ma non lui/lei come persona
- ❖ Cerca di creare nell'ambiente **"l'angolo della calma"** dove andare quando si sente abbattuto. Fai in modo che sia il bambino a scegliere il posto della casa dove si senta bene e al sicuro

AIUTALI A GESTIRE IL CAMBIAMENTO (1)

- **Creare delle routine** nel **NUOVA SITUAZIONE** è fondamentale per dare un senso di stabilità



- Prova ad aiutarlo a **familiarizzare con la nuova situazione**, facendo riferimento a cosa faranno, quando e come, in modo da rendere il nuovo contesto prevedibile

AIUTALI A GESTIRE IL CAMBIAMENTO (2)

- Cerca di capire **l'entità delle paure e del senso di abbandono** che il bambino FASD potrebbe vivere. Cerca di rassicurarlo cercando di essere sempre realistico nelle cose che dici
- Dopo che hai dato struttura, **limita le possibilità e incoraggia la scelta**
- Aiuta il bambino a dare al contesto una forma che gli sia congeniale



AIUTALI A GESTIRE IL CAMBIAMENTO (3)

- Dal momento che ci confrontiamo con una **Pandemia**, POTRESTI UTILIZZARE **video** o altro **per spiegare cosa sta succedendo**



CORONAVIRUS: COME SPIEGARLO AI BAMBINI?

CORONELLO, IL VIRUS BIRBANTELLO. LA FAVOLA DELLA MAESTRA PER SPIEGARE IL CORONAVIRUS AI BAMBINI

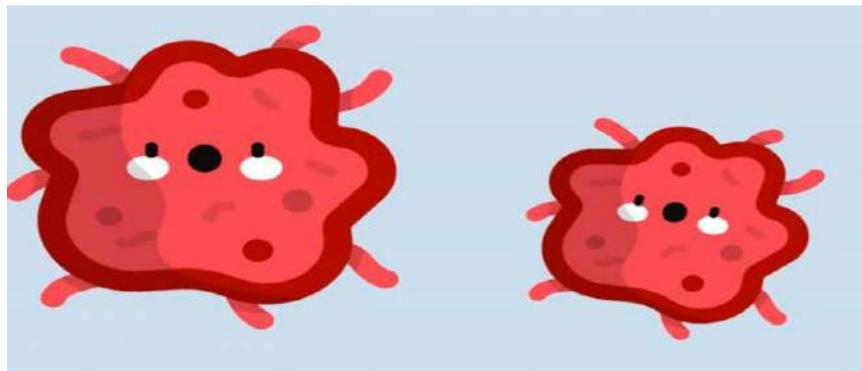
<http://www.tuttoscuola.com/coronello-il-virus-birbanetello-la-favola-della-maestra-per-spiegare-il-coronavirus-ai-bambini/>

VIDEO PER BAMBINI SUL CORONAVIRUS

<https://www.savethechildren.it/blog-notizie/coronavirus-come-spiegarlo-ai-bambini-video-info-utili-anche-per-adulti>

LO SCIENZIATO VOLANTE (STORIA)

<https://www.comune.fagagna.ud.it/c030106/zf/index.php/serviziaggiuntivi/index/index/idtesto/20116>



INTERESSATI DELLE SUE EMOZIONI E ACCOGLILE

- ❖ Cerca di comprendere le emozioni che prova, soprattutto la paura e la rabbia, senza sminuirle, normalizzandole

Ps: POTREBBE ESSERE utile ascoltare insieme i notiziari e spigare loro in modo chiaro cosa sta accadendo ma non c'è ragione per cui sappiano ogni minimo dettaglio che potrebbe angosciarli



FAVORISCI L'ATTIVITA' FISICA

- ❖ fate sport in casa o in giardino se potete
- ❖ fate giochi corporei che consentano ai bambini di consumare energia ed essere attivi, migliorerà anche la qualità del sonno, ma assicurati che non lo facciano poco prima di andare a letto



Favorisci un'ALIMENTAZIONE SANA

(VEDI LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE -CREA 2018)

....con **pochi zuccheri** PERCHE' UN
ECESSO aumenta la concentrazione
di adrenalina **rendendo i bambini**
più agitati



<https://www.crea.gov.it/documents/59764/0/LINEE-GUIDA+DEFINITIVO.pdf>



DOTT.SSA GIOVANNA CORIALE

DIRIGENTE PSICOLOGO

Referente per la **FASD**

CRARL (CENTRO DI RIFERIMENTO ALCOLOGICO DELLA REGIONE LAZIO), **ASL ROMA1**

giovanna.coriale@aslroma1.it

crarl@aslroma1.it

A

AHERA

N

MARCO

D

LUCA

R

ANGEL

Á

MATEO

T

U

CARLA

T

PAOLO

T

PAULO

O

B

GIULIA

E

EMILIA

N

SARA

E

SELENE

O