

MINIBASKET E BAMBINI IPERATTIVI

(Maurizio Mondoni) <http://www.mauriziomondoni.com/>



“In età evolutiva 4 bambini su 100 sono iperattivi”

MINIBASKET: GENITORI, INSEGNANTI, ISTRUTTORI E BAMBINI IPERATTIVI

Premessa

Il bambino durante il suo sviluppo può evidenziare atteggiamenti iperattivi, che spesso non sono presi molto in considerazione dai genitori, dagli Insegnanti a scuola e dagli Istruttori in palestra, che pensano che tali problemi saranno superati più avanti con l'età.

Dati scientifici invece ci dimostrano e sottolineano che se l'ambiente in cui vive il bambino è privo di sufficienti supporti educativi, a svilupparsi saranno solo le sue capacità offensive che sfociano il più delle volte nell'aggressività.

In età evolutiva 4 bambini su 100 sono iperattivi e questa percentuale è in forte aumento nei maschi rispetto alle femmine.

Questa sindrome è di natura ereditaria ed è causata dal disordine dei neuro-trasmittitori cerebrali che governano il controllo dell'attenzione.

I bambini iperattivi, plusdotati, violenti

Sono definiti **iperattivi** quei bambini di intelligenza normale, che non stanno mai fermi, sono sempre agitati, non riescono a stare seduti, hanno difficoltà a stare attenti, cioè presentano un deficit di attenzione.

[Tweet **“I bambini iperattivi sono energici, agitati, ma spesso geniali.”**]

Sono bambini energici, agitati, ma anche spesso geniali, vedi Valentino Rossi, il più celebre iperattivo plusdotato, con un QI al di sopra della norma.

I bambini **plusdotati** hanno un'elevatissima capacità di concentrazione con rendimento eccezionale, però questa concentrazione dura poco perché i plusdotati sono molto più sensibili agli stimoli esterni e quindi tendono a distrarsi.

Se non sono seguiti e capiti dai Genitori, dagli Insegnanti e dagli Istruttori, accade che si “accendano” improvvisamente (fornendo risposte geniali) e altrettanto velocemente si “spengano”, distraendosi o chiudendosi nel loro mondo, perché non si sentono capiti.

Ci sono poi i bambini **violenti** che non ascoltano, aggrediscono tutti, distruggono le proprie cose, fanno male agli altri bambini, hanno manifestazioni improvvise e incontrollate di rabbia.

L'**iperattività** non si può standardizzare, gli esperti indicano almeno tre tipologie diverse di bambini iperattivi:

- **i disattenti** (con un alto deficit di attenzione);
- **gli impulsivi** (sono generalmente aggressivi);
- **i combinati** (che presentano entrambe le caratteristiche).

[Tweet " Ci sono 3 tipi di bambini iperattivi: i disattenti, gli impulsivi, i combinati. #minibasket"]

L'**ADHD** (Attention, Deficit, Hyperactivity, Disorder: sindrome di deficit di attenzione e iperattività) è spesso il campanello di allarme di un disturbo più grave, l'importante è non sottovalutarlo.

Non è facile distinguere l'iperattività dalla semplice vivacità, l'occhio vigile della mamma è prezioso, in quanto alla forte vivacità si combina anche un deficit di attenzione e di comportamenti troppo impulsivi.

I bambini iperattivi spesso sono distratti, il loro comportamento è spesso “sopra le righe”, si stancano velocemente, dispongono di molta più energia rispetto agli altri bambini, non prestano attenzione ai particolari, hanno difficoltà nel mantenere l'attenzione su compiti, esercizi e giochi proposti loro, perdono continuamente oggetti personali, rispondono prima che siano terminate le domande, hanno difficoltà ad attendere il proprio turno e interrompono continuamente chi parla.

Dal punto di vista motorio

Dal punto di vista motorio i bambini iperattivi non stanno mai fermi, presentano irrequietezza motoria delle mani, delle gambe e di tutto il corpo, hanno difficoltà a rimanere seduti quando è necessario.

Hanno difficoltà nell'eseguire le istruzioni che sono loro fornite, non per un atteggiamento oppositivo né per difficoltà di comprensione, cambiano frequentemente attività, lasciando spesso il lavoro incompleto, hanno difficoltà a giocare tranquillamente, spesso sembra che non ascoltino ciò che è detto loro e a volte si dedicano ad attività fisicamente pericolose, non valutando le possibili conseguenze di certi comportamenti o giochi.

I bambini iperattivi a scuola sono irrequieti e spesso si annoiano, rispondono subito alla risoluzione di un problema di aritmetica, prima degli altri e poi disturbano.

Lo stesso comportamento avviene in palestra e nell'attività sportiva.

Oltre a questi tipi di bambini ci potrebbero essere bambini non iperattivi o impulsivi, ma che mostrano solo un importante deficit di attenzione; sono buoni, calmi, ma sempre con la testa tra le nuvole.

Ci sono anche bambini che, pur non manifestando tutti i sintomi sopra elencati, presentano difficoltà più lievi, ma che comunque impediscono un apprendimento scolastico e motorio sereno e una vita sociale adeguata all'età.

In un'eccessiva irrequietezza o in una difficoltà di attenzione può nascondersi un disagio psicologico che merita di essere compreso, individuandone le cause e i percorsi d'aiuto.

Tutti questi sintomi possono perdurare nel tempo e disturbano la vita sociale, scolastica, sportiva e familiare del bambino iperattivo, meritando di essere indagati attraverso un'adeguata osservazione diagnostica, indispensabile a comprendere il problema e le cause che ne stanno alla base, al fine di

intraprendere percorsi terapeutici mirati, senza i quali i bambini potrebbero subire ripercussioni psicologiche non indifferenti.

I genitori, gli Insegnanti e gli Istruttori

Madri e padri dei bambini con sindrome di iperattività e deficit di attenzione, spesso mostrano gli stessi sintomi del disturbo dei figli: un fatto questo che rende ancora più difficile la loro gestione.

E' molto importante fornire a questi genitori indicazioni utili e corrette per aiutarli a correggere se stessi e i propri figli.

La carenza di attenzione, l'iperattività, sono spesso segnali di un cattivo approccio dei genitori, di un conflitto con loro, con gli Insegnanti a scuola o con gli Istruttori in palestra.

[Tweet "L'iperattività è spesso un segnale di un problema con genitori, Insegnanti o Istruttori."]

E' molto importante che i genitori non chiedano al medico la somministrazione di psico-farmaci ai propri figli iperattivi nella speranza che la pillola miracolosa risolva in un colpo solo tutti i problemi, a volte è utile ma spesso non serve.

Per i genitori è importante ascoltare più spesso i propri figli e cercare di evitare un giudizio troppo soggettivo e severo sui loro comportamenti, lasciandoli più liberi di sfogarsi e senza inibirli troppo.

Le famiglie, la Scuola e le Società Sportive facciano il loro dovere e mettano in condizione i bambini iperattivi di trovarsi a loro agio, instaurando con loro un dialogo sereno, con tanto buon senso, comprensione e pazienza: bisogna lavorare "in team" e fare gioco di squadra.

Con i bambini iperattivi i genitori devono cercare di cambiare il loro stile di vita, devono stare di più con i loro figli, devono essere più sereni e comprensivi, gli Insegnanti a scuola devono essere più pazienti e cercare di capirli e gli Istruttori in palestra devono essere più Educatori e non solo dei Tecnici.

I 12 comandamenti

Ci permettiamo di presentare "12 comandamenti" che i genitori, gli Insegnanti e gli Istruttori dovrebbero seguire quando hanno a che fare con bambini iperattivi:

- **non sottovalutate i vostri figli o i vostri piccoli atleti:** sono in grado di capire più di quanto pensate e se gli fate credere che avete una scarsa considerazione delle loro capacità, potreste avere un'influenza negativa nel loro sviluppo;
- **non utilizzate le minacce:** i bambini amano sfidarvi e se li minacciate potrebbero continuare e fare quello che non dovrebbero;
- **non corrompeteli con regali e premi:** per esempio se state cercando di convincerlo a studiare in cambio di un regalo, non capirà mai l'importanza dello studio, ma solo quella del regalo; oppure se vinci la partita ti regalo.....;
- **non chiedetegli mai di fare delle promesse:** i bambini piccoli non riescono a mantenere le promesse e quindi non costringeteli a mentire e poi punirli perché l'hanno fatto;
- **non teneteli al guinzaglio:** per crescere normalmente i bambini hanno bisogno di una certa libertà e di un determinato spazio;
- **non utilizzate "paroloni"** quando parlate con loro, rendete i concetti in modo semplice e conciso, affinché possano capire ciò che dite;
- **non aspettatevi da loro un'obbedienza cieca** e immediata, non è consigliabile: ai bambini deve essere insegnato come pensare da soli e non solo come eseguire gli ordini;
- **non assecondate troppo i loro desideri,** potrebbero sviluppare dei disturbi comportamentali;

- **non accettate compromessi nelle regole dei giochi:** un gioco per essere educativo ha delle regole che per funzionare devono essere rispettate;
- **non imponete loro delle regole** che non sono all'altezza della loro età;
- **non utilizzate punizioni:** le sberle, i giri di campo o le "flessioni" non sono assolutamente comprese dai bambini, specialmente se sono piccoli;
- **non impartite ai bambini degli ordini che nemmeno voi prendete sul serio,** dare ordini è drastico, i vostri bambini cercheranno di accontentarvi e alla fine diventerà una cosa crudele se l'ordine che avete dato è stato uno scherzo.

Tutti questi comandamenti sono indirizzati ai genitori che si trovano nel ruolo di genitore per la prima volta, ma sono ottimi per gli Educatori, per gli Insegnanti e per gli Istruttori: assieme ai genitori anche loro costituiscono un ruolo importante nell'educazione e nella crescita del bambino.