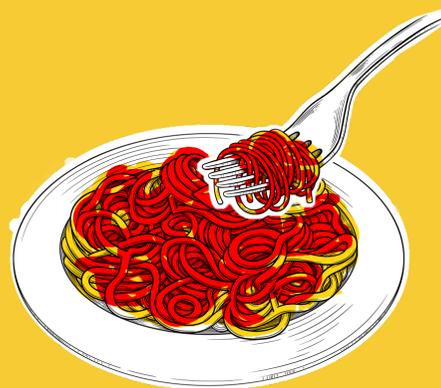


UNA GIORNATA CON **MATTEO**

DIARIO DI UN CERVELLO RIBELLE



PRANZO

UNA GIORNATA CON MATTEO

DIARIO DI UN CERVELLO RIBELLE

Oggi vi invito a trascorrere una giornata con una presenza molto fedele nella mia vita,

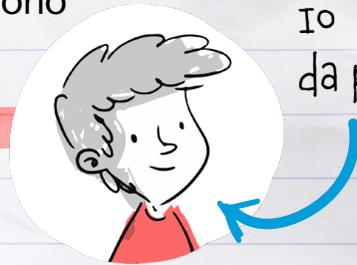
L'AUTISMO

Tante persone (grandi e piccoli) convivono con l'autismo, senza averlo scelto.

Vi racconterò di quando ero **bambino**, adolescente e di me oggi, che sono adulto.

Mi chiamo Matteo, ho 33 anni, un piccolo lavoretto in una casa editrice indipendente e una stanza in un appartamento gestito da una cooperativa.

Ho avuto tanti amici neurodiversi che ho incontrato sul mio cammino, Francesco, Sara, Giorgio, Matilde. Ognuno di loro era diverso da me, ma avevano allo stesso tempo delle caratteristiche molto comuni.



Io da piccolo

Questi sono i miei AMICI



Francesco

È un ragazzo molto simpatico! Quando vuole esprimersi lo fa usando singole parole e frasi!



Sara

È una ragazza autistica e ha anche l'epilessia. Lei non parla ma capisce tantissimo



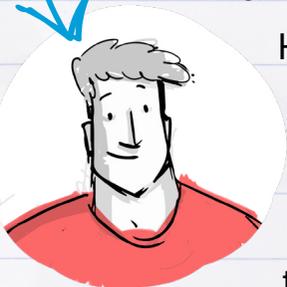
Giorgio

È intelligentissimo, ma fatica molto a capire le dinamiche sociali. Si butta spesso giù e si rattristisce facilmente!



Matilde

È una ragazza intelligente, ma preferisce stare più per conto suo. A scuola ha sempre avuto delle difficoltà nella lettura e nella scrittura!



PRANZO



1

Quando

MI FA STARE BENE



Una cosa che mi aiuta molto è **sapere che cosa sta per succedere**, quindi è utile se si stabilisce un **orario preciso** in cui mangiare oppure che qualcuno mi avvisi con anticipo che dovrò concludere un'attività e recarmi a pranzo. Questo, da bambino, di solito lo faceva la mamma o la maestra.

C'è stato un periodo (lungo!) in cui l'orologio analogico (con le lancette) non lo capivo, quindi la maestra mi aveva fatto uno **schema molto bello**, in cui c'erano scritti i numeri accanto ad un'immagine del pranzo. Così quando vedevo che i numeri erano gli stessi dell'orologio che avevamo in classe, capivo che era il momento del pasto.

Le **agende giornaliere** con le caselle in cui sono illustrate le varie attività mi rassicurano molto.



MI METTE IN DIFFICOLTÀ



Dover **interrompere un'attività** in cui sono assorto per fare la pausa pranzo mi crea molto disagio. I cambiamenti inaspettati mi creano scompenso emotivo che mi rendono nervoso per tutto il giorno. Con il tempo ho capito quando si stava per andare a pranzo anche perché i miei compagni di classe si agitavano molto qualche minuto prima che la mia immagine e l'orologio di classe coincidessero. Mi turbava questo comportamento perché non capivo cosa stesse succedendo di grave dato che tutti erano così agitati. Se sapevamo benissimo quale fosse l'orario, perché agitarsi prima? Era tutto come da programma!

A volte invece la campanella suonava qualche minuto prima che i due orologi coincidessero.

Questo mi metteva molto di cattivo umore, non riuscivo a tollerare che avesse suonato prima.

PRANZO



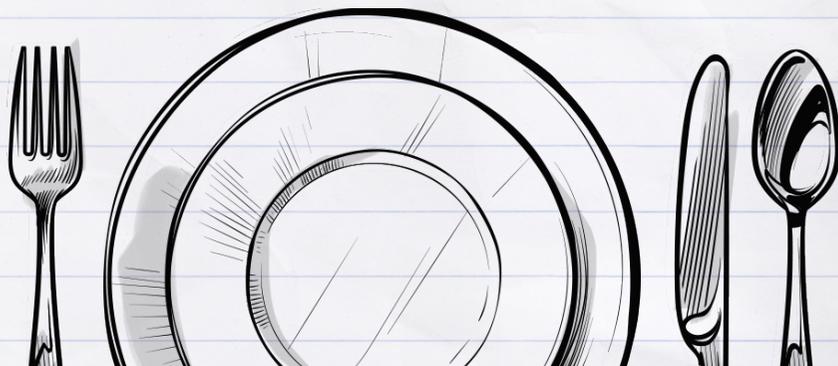
2 Dove

MI FA STARE BENE



Seguire una **routine ripetitiva** per il pranzo, in cui i vari passaggi vengono effettuati sempre nello stesso modo e ordine di sequenza, per me è piacevole. Questo discorso vale anche adesso. Se vado a mensa, adoro trovare il **mio posto libero!**

Anche mangiare sempre i miei **cibi preferiti** mi piace: lo so... ve l'ho già detto sono un po' ripetitivo nei gusti ma non è un grosso problema nella maggior parte dei casi.

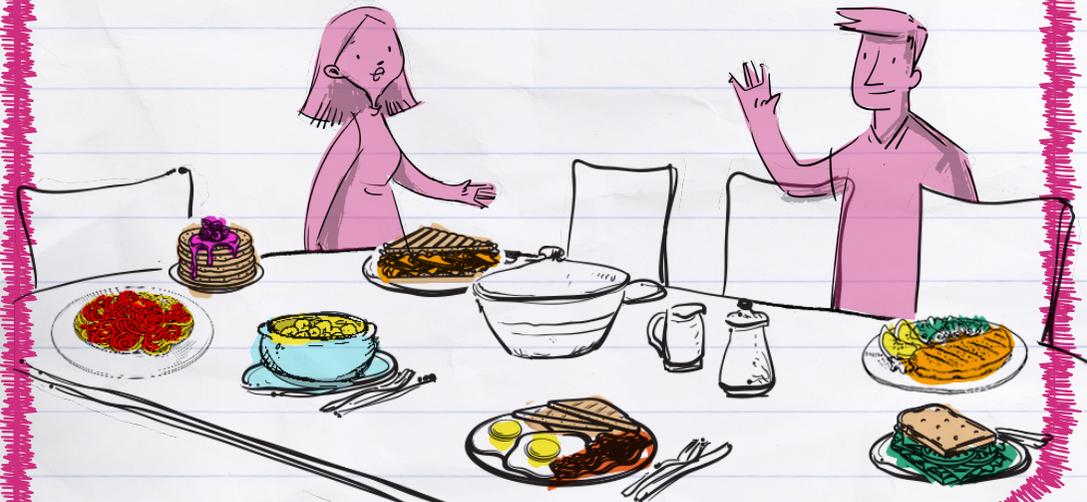


MI METTE IN DIFFICOLTÀ



Pranzare in luoghi sempre diversi, con **persone diverse**. Cibi **diversi**. Questo mix per me può essere una bomba!

Ecco il motivo per cui tendenzialmente pranzo da solo, non perché non mi piaccia la compagnia, ma perché voglio evitare queste condizioni. Non sono un amante delle novità!





REPETITA IUVANT

La **ripetizione** è uno dei tratti distintivi del comportamento di molte persone con autismo, a prescindere dalle competenze intellettive e linguistiche.

La ripetizione può essere di **parole**, di **movimenti** semplici e complessi, come i **rituali**: si tratta di caratteristiche comportamentali molto diffuse nelle persone con autismo.

L'ECOLALIA - RIPETERE FRASI O PAROLE

CHE COS'È?

La ripetizione di parole o frasi in modo continuo e automatico.

L'ecolalia può essere immediata (ciò che si è appena sentito dire) oppure differita (qualcosa ascoltato anche un po' di tempo fa, come un cartone).

PERCHÉ ACCADE?

Un'ipotesi è che la ripetizione, come un mantra, serva a **tranquillizzarsi**.

A volte può essere anche un **tentativo di comunicare**. I bambini con autismo ad esempio, usano in modo appropriato alcuni script frasali sentiti come ad esempio, "ecco fatto" quando hanno finito di svolgere un'attività. Questo potrebbe apparire

come un'acquisizione linguistica appropriata e invece potrebbe essere un'ecolalia differita usata in un contesto corretto. Quando è così, di solito il bambino non usa le parole in modo scomposto, ad esempio dicendo "ecco, adesso ho finito" oppure "tutto fatto" in quanto le ha imparate insieme e solo in quelle modalità.

COME COMPORTARSI?

È fondamentale **capire la funzione** che questo comportamento ha per ciascun bambino.

Non bisogna sgridarlo, invece può rivelarsi utile osservare in concomitanza di quali eventi ricorrenti accade, per capirne la valenza emotiva.



REPETITA IUVANT

STEREOTIPIE- MANIERISMI - MOVIMENTI RIPETITIVI

COSA SONO?

Sono **movimenti meccanici, sempre uguali, che il soggetto ripete** in modo incessante.

PERCHÉ ACCADE?

Pare sia un modo di manifestare le emozioni (felicità, stress...), rappresenta una fonte di rassicurazione, è un'auto-stimolazione sensoriale, che provoca piacere.

COME COMPORTARSI?

Conviene **considerare questi movimenti come neutri**, facenti parte della persona, e non problematici. È molto importante **non intervenire fisicamente bloccandolo o sgridandolo**. Il comportamento può apparire inadeguato per le persone neurotipiche ma spesso non rappresenta un problema per la persona autistica. Può essere utile **osservare se c'è una ricorrenza** nel momento in cui insorgono, lo stato d'animo della persona e a cosa siano associati.

RITUALI DI COMPORTAMENTO

COSA SONO?

Sono **sequenze di azioni ripetitive e rigide** che l'individuo compie in determinati contesti, di solito in modo stabile.

PERCHÉ ACCADE?

Verosimilmente servono a **garantire la ripetitività**, che è una caratteristica molto **rassicurante** per le persone autistiche, gestire l'ansia e a calmarsi.

COME COMPORTARSI?

È sempre molto utile **provare a capirne la funzione** specifica. Inutile, anzi **dannoso, svolgere il rituale al posto suo**. Se i rituali hanno un impatto molto significativo nella qualità della vita della persona o se quando devono essere obbligatoriamente interrotti (per un evento inatteso) si verificano dei comportamenti problema, è bene richiedere una **consulenza clinica**. *A volte infatti, può succedere che la persona con autismo abbia anche un disturbo ossessivo-compulsivo e la qualità, l'intensità e la durata dei comportamenti ripetitivi dovrebbero essere valutati per accertare la co-occorrenza.*



REPETITA IUVANT

SENSORIALITÀ

COSA SONO?

L'elaborazione dell'informazione sensoriale può essere processata come **iper o ipo-responsività** a **stimoli uditivi, visivi, tattili** o **cinestetici**. La sensorialità è una caratteristica trasversale a tutto lo spettro autistico, a prescindere dalle competenze intellettive e linguistiche. A volte può essere difficile da intercettare perché non si riescono a contestualizzare le risposte in associazione all'alterazione della soglia sensoriale.

*Ad esempio, la **selettività alimentare**, riscontrata in molte persone nello spettro autistico, è determinata proprio da questo tipo fenomeno.*

PERCHÉ ACCADE?

La risposta sensoriale può determinare comportamenti di **ricerca o di evitamento sensoriale**, in base alla reazione di piacevolezza o fastidio provocata dallo stimolo.

COME COMPORTRARSI?

L'alterata soglia sensoriale si esprime in modo diversi, è fondamentale comprendere le risposte comportamentali alla luce delle risposte sensoriali, per **comprenderne la funzione**, ora di fastidio che si può esprimere con un comportamento distruttivo, ora di piacevolezza che si può esprimere con agitazione psicomotoria. Spesso è la componente sensoriale ad attivare questi meccanismi di risposta.

FONTI

“

- Dott.ssa Romina Castaldo, Dott.ssa Stefania Bari, Dott.ssa Gabriella Tocchi, Dott. Roberto Keller
(*Manuale di social skills training*, 2021, Edra)
- Dott.ssa Laura Fatta
- Dott. Luigi Mazzone
- Dott. Marco Pontis
(*Autismo, Cosa fare e cosa non, Guida pratica per insegnanti*, 2021, Edizioni Centro Sudi Erickson)
- Dott.ssa Laura Reale
- *Revisione scientifica, contenutistica e editoriale a cura della Dott.ssa Laura Fatta*



”