

BAMBINO ADHD A CASA:

STRATEGIE AVANZATE PER GESTIRE L'IMPULSIVITÀ E L'OPPOSIZIONE

Formazione completa per genitori di bambini ADHD che desiderano sviluppare strategie concrete

Comprendi il funzionamento dell'ADHD e riparti con strumenti efficaci per la vita quotidiana

Durata : 5 moduli progressivi	Moduli : 6 moduli
Lezioni : 18 lezioni	Destinatari : Genitori di bambini ADHD
Formato : 100 % online, asincrono	Organismo : N° 11757351875
Certificazione : Qualiopi	Tariffa : Su preventivo

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descrizione della formazione

Questa formazione ti permette di comprendere a fondo il funzionamento neurocognitivo dell'ADHD e di sviluppare strategie concrete per gestire l'impulsività, l'opposizione e i comportamenti difficili a casa. Imparerai a identificare le situazioni a rischio e i segnali premonitori di sovraccarico per intervenire prima della crisi. Attraverso tecniche di intervento adatte a ciascun tipo di comportamento, scoprirai come mantenere un quadro fermo e benevolo. Costruirai una coerenza educativa tra casa e scuola per offrire a tuo figlio i punti di riferimento stabili di cui ha bisogno. Al termine della formazione, ripartirai con strumenti concreti immediatamente applicabili nella vita quotidiana.

Sommario dei moduli

MODULO 1	L'ADHD nella Vita Quotidiana: Comprendere l'Origine dei Comportamenti	5 lezioni
MODULO 2	Identificare le Situazioni a Rischio e Prevenire gli Sforamenti	4 lezioni
MODULO 3	Intervenire in Caso di Comportamento Difficile	5 lezioni
MODULO 4	Costruire una Coerenza Educativa e Lavorare con la Scuola	4 lezioni
MODULO 5	Le Applicazioni DYNSEO per Supportare Tuo Figlio	1 lezione
MODULO 6	Quiz Finale	Valutazione

Obiettivi pedagogici

Obiettivi pedagogici

- Comprendere il funzionamento neurocognitivo dell'ADHD e l'origine dei comportamenti difficili
- Identificare le situazioni scatenanti e riconoscere i segnali premonitori di sovraccarico
- Implementare adattamenti immediati e strutturare l'ambiente per prevenire le crisi
- Applicare tecniche di intervento efficaci durante agitazione, crisi emotiva e opposizione
- Gestire situazioni specifiche con postura adeguata e strategie di deviazione
- Accompagnare il dopo-crisi con verbalizzazione e ricostruzione del legame
- Costruire una coerenza educativa tra casa e scuola con strumenti visivi
- Implementare un sistema di rinforzo positivo e routine strutturanti
- Monitorare e adattare progressivamente le strategie educative
- Riconoscere quando consultare uno specialista e identificare i professionisti di riferimento

Informazioni generali

Durata	5 moduli progressivi – formazione completa online
Pubblico target	Genitori di bambini ADHD che desiderano approfondire la loro comprensione del disturbo e sviluppare strategie concrete per gestire l'impulsività, l'opposizione e i comportamenti difficili a casa

Prerequisiti	Nessuno
Tariffa	Su preventivo – IVA non applicabile (articolo 261-4-4° del CGI)
Certificazione	Qualiopi – Attestato di fine formazione
Organismo	DYNSEO – Numero di dichiarazione di attività: 11757351875

Lezione 1 - Funzionamento Neurocognitivo del TDAH

- Il TDAH è un disturbo del neurosviluppo che influisce sulle funzioni esecutive
- L'attenzione funziona a scatti, non per mancanza di volontà
- Forte concentrazione sulle passioni, disimpegno rapido su compiti poco stimolanti
- I distrattori esterni catturano l'attenzione nonostante il bambino

Lezione 2 - Il Deficit di Inibizione e l'Impulsività

- Il freno neurologico è difettoso nel bambino con ADHD
- Manifestazioni: parlare prima di riflettere, alzarsi, toccare oggetti, interrompere
- L'impulsività porta a reazioni immediate senza valutazione delle conseguenze
- Risposte verbali rapide, gesti improvvisi, reazioni emotive intense

Lezione 3 - Comprendere l'Iperattività

- L'iperattività è un bisogno neurologico di muoversi, non semplicemente agitazione
- Il movimento aiuta il cervello ADHD a rimanere concentrato
- L'immobilità prolungata è fisicamente scomoda
- Muoversi non è una scelta ma una necessità

Lezione 4 - I Tre Tipi di Comportamenti Frequenti

- Agitazione motoria: torcimenti, colpetti, manipolazione di oggetti, spostamenti frequenti
- Impulsività: interruzioni, risposte senza riflettere, emozioni sproporzionate
- Opposizione e provocazioni: rifiuti categorici, frasi offensive, esplosioni di rabbia
- Questi comportamenti riflettono una difficoltà neurologica, non un attacco personale

Lezione 5 - Impatto delle Emozioni

- Emozioni vissute con intensità e rapidità disconcertanti, senza transizioni intermedie
- Sensibilità alle osservazioni e forte senso di ingiustizia
- Frustrazione onnipresente: fallimento, interruzione, attesa, rifiuto, confronto
- Accumulo di sovraccarico cognitivo ed emotivo che porta alla scarica serale

Lezione 1 - Le 5 Categorie di Situazioni Scatenanti

- Compiti lunghi o senza senso apparente: compiti ripetitivi, riordino, faccende
- Transizioni impreviste: interruzione degli schermi, cambio di programma, annullamenti
- Sovraccarico sensoriale: rumore, luci, luoghi affollati, vestiti scomodi
- Istruzioni vaghe o troppo generali e fine della giornata con affaticamento cognitivo

Lezione 2 - Segnali Precursor di Sovraccarico

- Importanza di intervenire prima della crisi per facilitare l'appianamento
- Segni fisici: agitazione crescente, contrazione del viso, respirazione accelerata, pugni serrati
- Segni verbali: tono che si alza, frasi corte e secche, inizio di insulti, voce tremante
- Segni comportamentali: isolamento, manipolazione nervosa, provocazioni crescenti

Lezione 3 - Adattamenti Immediati

- Suddividere i compiti in micro-passaggi e guidare passo dopo passo
- Impostare routine visive con pittogrammi e utilizzare timer per ogni attività
- Anticipare e garantire: annunciare cosa sta per accadere, prevenire i cambiamenti
- Strutturare l'ambiente: angolo tranquillo, cuffie antirumore, spazi delimitati, codici colore

Lezione 4 - Prevenzione Attiva

- Rinforzo positivo secondo la regola del 3 a 1: tre osservazioni positive per una negativa
- Prevedere micro-pause regolari ogni 15-20 minuti, attive o calme
- Proporre piccole missioni valorizzanti per mantenere la motivazione
- Stabilire 3-5 regole semplici, visibili, formulate positivamente con immagini

Lezione 1 - Differenziare i Tipi di Comportamenti

- Agitazione: bisogno fisiologico di muoversi, canalizzare senza confronto
- Crisi emotiva: trabocco interiore, calmare e garantire, non ragionare
- Opposizione volontaria: test dei limiti, quadro fermo, scelte limitate, conseguenze chiare
- Adattare la propria risposta in base al tipo di comportamento identificato

Lezione 2 - La Tua Postura, Primo Strumento di Intervento

- Mantenere vicinanza calma: avvicinarsi dolcemente, mettersi all'altezza, distanza rispettosa
- Privilegiare frasi brevi quando il bambino è sopraffatto: Fermati, Respira, Sono qui
- Usare voce bassa e ferma senza aggressività, la tua calma regola quella di tuo figlio
- Non cercare di ragionare durante la crisi, aspettare il momento di calma

Lezione 3 - Tecniche di Intervento Immediato

- Deviare l'attenzione: offrire una via d'uscita dignitosa verso un'azione accettabile
- Proporre scelte limitate: due opzioni accettabili per mantenere un senso di controllo
- Pause attive o calme a seconda del bisogno: scaricare energia o favorire rilassamento
- Reset sensoriali: acqua fredda, pallina anti-stress, respirazione, scatola del silenzio

Lezione 4 - Gestire Situazioni Specifiche

- Provocazioni verbali: rimanere neutri, verbalizzare l'emozione, proporre esito positivo
- No sistematico: accettare l'emozione, mantenere il quadro, proporre adattamento progressivo
- Lanci di oggetti: garantire sicurezza, porre limiti, ritirare oggetto, applicare conseguenza
- Urla e lotta di potere: calma vocale, parlare più piano, riconoscere segnali, disinnescare

Lezione 5 - L'After-Crisis e la Ricostruzione

- Verbalizzazione: nominare i fatti oggettivamente, riconoscere l'emozione senza prediche
- Riparazione: proporre risarcimento concreto per ripristinare il legame
- Ritorno alla routine: passare oltre, ridare opportunità di successo
- Trasformare ogni crisi in opportunità di apprendimento con gesto positivo rapido

Lezione 1 - L'Importanza della Coerenza Casa-Scuola

- Punti di riferimento stabili essenziali per il bambino con ADHD
- L'incoerenza genera confusione, ansia e comportamenti opportunistici
- Allineare: regole, rinforzo positivo, gestione crisi, strumenti visivi, istruzioni
- Comunicare regolarmente con la scuola in modo costruttivo senza colpevolizzare

Lezione 2 - Costruire una Struttura Coerente a Casa

- Regole visive: 3-5 regole positive illustrate da pittogrammi, esposte visibilmente
- Carte percorsi possibili: alternative visive per gestire le emozioni difficili
- Sistema di rinforzo chiaro: immediato, concreto, progressivo, valorizzante
- Routine strutturanti: esposizione visiva delle routine mattutine e serali

Lezione 3 - Monitoraggio e Regolazioni

- Implementare osservazione semplice: successi, difficoltà, contesti, schemi
- Tabella settimanale: ciò che ha funzionato, ciò che è stato difficile, ciò che proveremo
- Adattare progressivamente: testare 2-3 settimane, osservare, aggiustare
- Valorizzare il bambino in modo specifico e mettere in evidenza le sue forze naturali

Lezione 4 - Quando Consultare uno Specialista

- Segnali di allerta: deterioramento, sofferenza emotiva, esclusione sociale, comportamenti pericolosi
- Il tuo stesso esaurimento è un segnale da prendere sul serio
- Professionisti: medico, neuropsichiatra, psichiatra, psicologo, neuropsicologo, psicomotricista
- Chiedere aiuto non è mai un'ammissione di fallimento

Lezione 1 - COCO PENSA e COCO SI MUOVE

- Oltre 30 giochi educativi per bambini 5-10 anni: francese, matematica, logica, memoria
- Stimolazione delle funzioni cognitive: memoria di lavoro, attenzione, concentrazione
- Alternanza regolare tra gioco su schermo e pause in movimento per regolazione
- Pensato per l'inclusione: disturbi DYS, autismo, ADHD con istruzioni chiare e livelli modulabili

MODULO 6

Quiz Finale

Valutazione

Modalità pedagogiche

- Formazione 100% online, accessibile dal computer o tablet
- Prosegui al tuo ritmo, quando vuoi, senza vincoli di orario
- Video esplicativi e contenuti interattivi per ogni modulo
- Strumenti concreti scaricabili: regole visive, carte percorsi, tabelle di monitoraggio
- Accesso all'app COCO PENSA e COCO SI MUOVE incluso come bonus
- Attestato di fine formazione rilasciato da organismo certificato Qualiopi

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Document établi par DYNSEO – Ultimo aggiornamento : Giugno 2026