



IUS·TO
Rebaudengo
Auget dum Docet

Aggregato alla
FACOLTÀ DI SCIENZE DELL'EDUCAZIONE - UNIVERSITÀ PONTIFICA SALESIANA

Psicologia della disabilità e dell'inclusione sociale

Dott. Erik Pozza, pedagogista clinico, formatore

Dott. Bert Pichal, ortopedagogista, consulente pedagogico





IUS·TO
Rebaudengo
Auget dum Docet

Aggregato alla
FACOLTÀ DI SCIENZE DELL'EDUCAZIONE - UNIVERSITÀ PONTIFICA SALESIANA

Monotropismo

dott. Bert Pichal, ortopedagogista

bert.pichal@ius.to

Ortopedagogista, consulente autismo

presso i servizi per l'autismo della

Società Cooperativa Sociale di Solidarietà - Domus Laetitiae - Sagliano Micca (Biella)

La casa per l'autismo, Candelo, [La Casa per l'Autismo](#)

[Bilingual Therapy Milan - Home | Facebook](#)

<https://autacademy.it/>



LA TEORIA DEL MONOTROPISMO: COME PUÒ SPIEGARE LE CARATTERISTICHE DELL'AUTISMO E AIUTARCI NELLA PRATICA QUOTIDIANA?



dott. Bert Pichal, ortopedagogista, consulente in autismo
b.pichal@domuslaetitiae.com

Slide della conferenza: SENSORIALITÀ NELL'AUTISMO: CREARE CONVIVENZA NEI
CONTESTI DI APPRENDIMENTO E DI VITA
Biella, 23 marzo 2024

Che cosa è il monotropismo?

Il monotropismo è uno stile di elaborazione o un modo di pensare. Le persone monotropiche tendono a concentrarsi fortemente su un numero limitato di cose alla volta e perdono cose al di fuori del loro tunnel di attenzione—o dimenticano rapidamente cose su cui non si stanno più concentrando. Le persone autistiche e persone con ADHD hanno maggiori probabilità di essere monotropici rispetto ad altri. Potrebbero sperimentare alcune cose intensamente e spesso trovano difficile spostare la loro attenzione da una cosa all'altra.

Che cosa è il monotropismo?

«In poche parole, il monotropismo è la tendenza dei nostri interessi ad attirarci più fortemente rispetto alla maggior parte delle persone. Si basa su un modello della mente come “sistema di interessi”: siamo tutti interessati a molte cose e i nostri interessi aiutano a dirigere la nostra attenzione. Interessi differenti sono salienti in momenti diversi. In una mente monotropica, in qualsiasi momento, meno interessi tendono ad essere suscitate e questi assorbano di più le nostre risorse di elaborazione rendendone più difficile la gestione delle cose al di fuori del nostro attuale tunnel di attenzione.» Fergus Murray (2018)

"Il monotropismo per me è trovarsi in una bolla sensoriale sicura in cui mi sento consumato dalla cosa in cui sono immerso. Tutte le cose al di fuori di quella bolla si attenuano, scompaiono, si dissipano, diventano più silenziose e il mio cervello diventa più rumoroso e più interconnesso con le sue idee. Se qualcuno fa scoppiare la bolla, le parti collegate si staccano di nuovo. È esasperante."

fonte: <https://www.autisticrealms.com/monotropism-july-2023>

Articolo originale: Attention, monotropism and the diagnostic criteria for autism di Dinah Murray, Mike Lesser e Wendy Lawson; Giugno 2005, in Autism 9(2):139-56

Gli autori concludono da una serie di letteratura rilevante alla condizione autistica che strategie atipiche per l'assegnazione dell'attenzione è centrale per la condizione. Questa affermazione è esaminata nel contesto della ricerca recente, i criteri diagnostici per l'autismo nel DSMIV e nell'ICD-10 e le esperienze personali degli individui con autismo compreso uno degli autori dell'articolo. I primi due criteri diagnostici sono collegati con l'ultimo, cioè si cerca di dimostrare che i criteri derivano dalla "gamma ristretta di interessi" descritto nel terzo criterio. Sono indicate le implicazioni per la pratica.

Monotropism

Monotropism – the mind as an interest system

Le menti monotropiche tendono ad attirare maggiormente la loro attenzione verso un numero minore di interessi in un dato momento, lasciando meno risorse per altri processi. Gli autori sostengono che questo possa spiegare quasi tutte le caratteristiche comunemente associate all'autismo, direttamente o indirettamente. Tuttavia, non è necessario accettarla come una teoria generale dell'autismo affinché possa essere una descrizione utile delle esperienze autistiche comuni e di come lavorare con esse.



Monotropism

Monotropism – the mind as an interest system

Se abbiamo ragione, allora il monotropismo è una delle idee chiave necessarie per dare un senso all'autismo, insieme al problema della doppia empatia e della neurodiversità. Il monotropismo dà senso a molte esperienze autistiche a livello individuale. Il problema della doppia empatia spiega le incomprensioni che si verificano tra persone che elaborano il mondo in modo diverso, spesso scambiate per mancanza di empatia da parte del lato autistico. La neurodiversità descrive il posto delle persone autistiche e delle altre “neurominoranze” nella società.

Questo sito (monotropismo.org) vuole essere una risorsa centrale per conoscere il monotropismo (come teoria) e il monotropismo (come tratto).

Monotropism

I sostenitori di questa teoria credono che il modo migliore per comprendere le menti autistiche sia in termini di uno stile di pensiero che tende a concentrare le risorse in pochi interessi e preoccupazioni in qualsiasi momento, piuttosto che distribuirle ampiamente. Questo stile di elaborazione, il monotropismo, spiega molte caratteristiche dell'esperienza autistica che inizialmente possono sembrare sconcertanti e mostra come siano collegate.

Monotropism

1. Gestire più canali contemporaneamente risulta difficile

Questi possono essere canali sensoriali o altri flussi di informazioni.

Il monotropismo può influenzare la socializzazione e la comunicazione visto che più energia e risorse vengono naturalmente incanalate per concentrarsi su una cosa. In una conversazione, questo può significare che la persona monotropica sta indirizzando una parte maggiore delle proprie risorse per concentrarsi sulla comprensione del contenuto con il risultato che tono di voce/linguaggio del corpo o altri segnali sociali potrebbe sfuggire all'attenzione. Significa anche che situazioni di gruppo dove possono essere presenti molti canali multipli di informazione, saranno ancora più difficile ed estenuante da gestire

Monotropism

2. Filtrare è complicato e soggetto a errori

A volte non riescono ad eliminare delle cose, altre volte le filtrano completamente.

Potrebbe essere utile adottare un approccio flessibile e a bassa richiesta a casa, soprattutto dopo una giornata di scuola e avere uno spazio sicuro per bambini per rilassarsi e ricaricarsi. Può essere stressante e estenuante dover cercare costantemente di tenere il passo con tutti cambiamenti dei tunnel dell'attenzione in una giornata scolastica e tante aspettative sociali e di comunicazione oltre al tentativo di imparare!

Monotropism

2. Filtrare è complicato e soggetto a errori

A scuola può essere difficile focalizzarsi e concentrarsi se ce ne sono molti di distrazioni attorno al tuo tunnel attentivo. Istruzioni verbali potrebbero sfuggire all'attenzione. Gli strumenti sensoriali possono aiutare a controllare gli input sensoriali per supportare la regolazione e mantenerla in uno stato di flusso interiore. Crea uno spazio sicuro in cui possano rilassarsi e ricaricarsi in un modo che soddisfi le loro esigenze. Per alcuni bambini questo può significare aggiungere input sensoriali attraverso attività come gioco/musica/movimento o altri potrebbero preferire un ambiente più tranquillo e meno stimolante.

Monotropism

3. Cambiare canale/attività è destabilizzante

Chiedere di cambiare è difficile e i nuovi piani richiedono un impegno. Se sei monotropico, potrebbe essere angosciante e richiedere molta energia per spostare i canali di attenzione su diversi compiti/attività. Senza un'attenta pianificazione e supporto, ciò potrebbe avere un impatto dannoso sul benessere e sulla salute mentale della persona.

Cambiare i tunnel dell'attenzione e spostare l'attenzione su qualcosa di diverso può richiedere molta energia. A casa sarà di aiuto aggiungere ulteriore tempo di ammortizzazione intorno agli eventi, così avrai una certa flessibilità per ridurre lo stress e l'ansia. Meno eventi inserisci in una giornata, meno transizioni dovrai gestirti e più facile sarà la tua giornata per l'intera famiglia

Monotropism

3. Cambiare canale/attività è destabilizzante

- Cercare di gestire un programma di giornata intenso è estenuante, con tanti cambi delle materie e degli insegnanti nonché delle aule e input sensoriali e sociali. Potrebbe essere necessaria una certa flessibilità durante il giorno per poter dedicare tempo al riposo e avere tempo di ricarica, questo potrebbe significare non partecipare agli intervalli poiché ciò può spesso causare un sopraffazione ancora maggiore per molti bambini.
- Per prepararsi ad eventuali transizioni sarà utile concedere tempo extra e parlare dei piani o programmi in anticipo. Idealmente collaborare insieme è il modo migliore per farlo sentire parte del processo decisionale, più preparato e meno ansioso. Promemoria visivi e timer uditivi possono aiutare a preparare e rendere più semplice la transizione.

Monotropism

4. Spesso sperimentano le cose intensamente

Di solito cose che riguardano le loro preoccupazioni e i loro interessi.

A causa della maggiore attenzione e delle risorse energetiche disponibili incanalato in meno canali contemporaneamente significa che le cose saranno vissute più intensamente. Questo può essere positivo o negativo. Significa anche che improvvisi cambiamenti di programma potrebbero essere più difficile da affrontare, soprattutto quando la persona è in uno “stato di flusso” profondo. Avranno bisogno di regolare il tempo e riorientarsi in un diverso canale di attenzione.

Monotropism

4. Spesso sperimentano le cose intensamente

Avere la capacità di impegnarsi in uno stato di avanzamento del flusso profondo o l'apprendimento può essere estremamente utile nel ambiente giusto. Esso può aiutare a rendere l'apprendimento molto più piacevole e l'esperienza significativa. Avere argomenti o collegarsi agli interessi contribuirà a sostenere uno stato di flusso e a crearne uno di più esperienze positive.

Monotropism

4. Spesso sperimentano le cose intensamente

Incoraggiare e dedicare tempo ai giovani affinché si impegnino nei loro interessi, alcune persone possono anche godere di gruppi di interesse mirati per condividere la loro gioia e le loro passioni con gli altri. Questo può essere ottimo per ottenere una buona salute mentale e per il loro benessere. È importante che i forti interessi di una persona non siano usati come incentivi per provare a farli fare qualcos'altro. Questo non è utile e a lungo termine può danneggiare la salute mentale di una persona.

Monotropism

4. Spesso sperimentano le cose intensamente

Gli interessi delle persone autistiche sono tutti diversi e alcuni potrebbero essere più in linea con quelle che alcune persone considerano più socialmente accettabile, altri invece possono essere più apprezzate rispetto ad altri, ma ciò non dovrebbe far sì che altri interessi vengono svalutati da chiunque altro, un interesse speciale per l'astrofisica è altrettanto valido e significativo che un interesse speciale per i giocattoli roteanti.

Monotropism

5. Tendono a continuare a tornare ai loro interessi e le loro preoccupazioni

È difficile lasciare cadere o lasciare andare le cose.

Se sei interessato a qualcosa, probabilmente vorrai continuare a parlarne o a impegnarti in quell'attività, tantissimo! Avere orari prestabiliti nella giornata in cui tuo figlio sarà autorizzato a impegnarsi nel suo interesse può aiutare la famiglia ad avere delle dinamiche più fluide. Può aiutare a promuovere relazioni positive, ad unirsi in interessi condivisi insieme ai bambini. Finché è un interesse sicuro, prova ad abbracciarlo piuttosto che combattere contro di esso!

Monotropism

5. Tendono a continuare a tornare ai loro interessi e le loro preoccupazioni

È fondamentale tenere presente quanto importante possono essere interessi personali per molte persone autistiche/ADHD. Se questi interessi possono essere intrecciati nel loro apprendimento, sarà più significativo per loro. Argomenti e opportunità di apprendimento più autodiretti possono essere molto utili.

È importante considerare che per alcune persone la tendenza di continuare a tornare ai pensieri e alle preoccupazioni precedenti può avere un impatto sulla salute mentale e creare cicli di ansia. Aiuterà bambini e giovani di disporre di un adulto affidabile, coerente e sicuro con cui parlare di cose.

Monotropism

6. Altre cose che escono dalla nostra consapevolezza tendono a rimanerne fuori
Promemoria e aiuti visivi potrebbero essere utili.

Se sei monotropico, più energia verrà incanalata in meno flussi di attenzione in qualsiasi momento; questo significa che ci saranno meno risorse per tutto ciò che è al di fuori di quel canale. Nonostante questo, potresti aver chiesto a tuo figlio 100 volte di mettersi le scarpe. Se sono impegnati in qualcos'altro, potrebbe non accorgersi e possono continuare a giocare. Ricevere suggerimenti visivi e checklist può aiutare a gestire altre attività.

Monotropism

6. Altre cose che escono dalla nostra consapevolezza tendono a rimanerne fuori

Gestire i compiti collegati con le funzioni esecutive a scuola può essere molto più difficile se sei monotropico.

Preparare lo zaino per tutte le lezioni, ricordando i compiti e il materiale per l'educazione fisica e tutto il resto, implica dover pensare a molte cose.

Routine, liste di controllo, timer e altri suggerimenti gentili potrebbero essere di aiuto (e anche non dover troppo provare a destreggiarsi da soli!).

Monotropism

6. Altre cose che escono dalla nostra consapevolezza tendono a rimanerne fuori

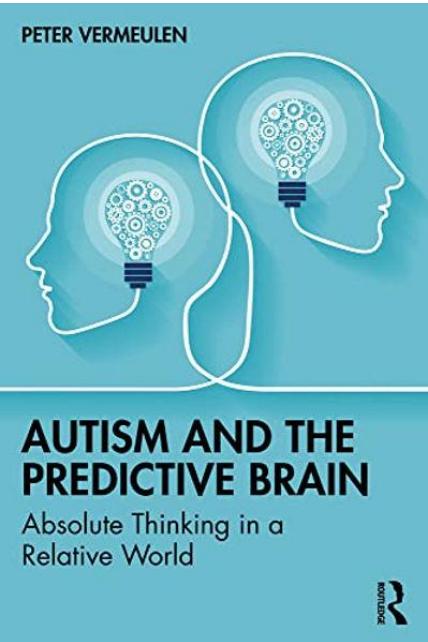
Il monotropismo può essere un modo per spiegare perché alcune persone autistiche hanno un interesse molto intenso solo per uno o due amici con chi vogliono stare tutto il tempo e chi è nel loro canale di attenzione in quel momento. Significa anche che se le persone sono fuori dal tunnel dell'attenzione e gli interessi cambiano, esso può causare alcune difficoltà che creano bisogno di ulteriore supporto per navigare nelle relazioni sociali.

SFIDE A CASA	SUPPORTO A CASA
Ambiente di casa rumorosa e occupata	Avere uno spazio sicuro dove riposare e autoregolarsi e impegnarsi nei propri interessi
Aumento dello stress e ansia intorno alle transizioni (ad esempio il risveglio/ gite giornaliere /i momenti dei pasti)	Puntando sulla flessibilità di routine piuttosto che orari per ridurre l'ansia
Funzioni esecutive (ad esempio vestirsi, organizzazione della stanza, ecc.)	Promemoria visivi e le checklist possono aiutare a mantenere in mente le cose che sono scivolate al di fuori del tunnel dell'attenzione
Sopraffazione sensoriale/sociale con il risultato di Meltdowns/Shutdowns	Trascorrere del tempo nello stato di flusso con interessi che danno il tempo per riposarsi e ricaricarsi

SFIDE A SCUOLA	SUPPORTO A SCUOLA
Cambiamenti di insegnanti o delle lezioni	Personale consistente e prepararsi per eventuali cambiamenti
Molte transizioni durante il giorno	Flessibilità e tempo intorno agli eventi per riposarsi e ricaricarsi
Impatto dell'ambiente sul sistema sensoriale	Strumenti sensoriali (es. protezioni per orecchio/fidgets/profumi)
Funzioni esecutive e capacità di memoria	Promemoria visivi e timer per sostenere

Riassunto

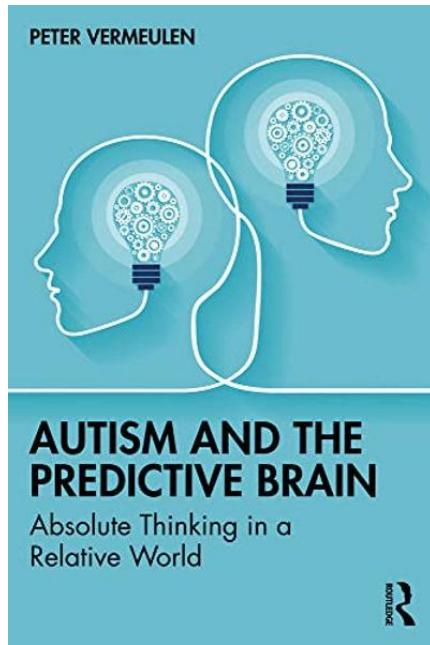
- L'attenzione è una risorsa limitata, una miriade di interessi competono per il suo utilizzo.
- Un interesse è tutto ciò che attira la loro attenzione; dagli stimoli sensoriali, dai pensieri alle emozioni.
- Ogni persona può elaborare solo una certa quantità di risorse di attenzione in qualsiasi momento.
- Continuità della percezione dell'attenzione; Un'estremità è il monotropismo e l'altra il politropismo. Le persone autistiche tendono ad essere monotrope. Le persone non autistiche tendono ad essere politropiche.



Il cervello predittivo

- «Anche se pensiamo che il nostro cervello sia un organo che reagisce a ciò che accade nel mondo esterno, non è così. In realtà, il cervello prevede ciò che pensa accadrà nel mondo, in modo da poter reagire meglio agli eventi quando si verificano.»
- Nell'autismo: Il pensare assoluto in un mondo relativo
- Non eliminare i suoni, ma renderli prevedibili e controllabile;
- Lavorare sul "feedforward" (previsione) invece che sul "feedback" (stimolo)
- Il controllo su quello che accade è fondamentale per rendere un ambiente «autism-friendly»

Nel capitolo finale di questo libro l'autore riassume la prospettiva della codifica predittiva sull'autismo e si concentra su due importanti conseguenze di questo nuovo sguardo all'autismo. Innanzitutto, la prospettiva della codifica predittiva evidenzia il ruolo dell'incertezza e il bisogno delle persone con autismo di un mondo prevedibile. La qualità della loro vita può essere significativamente migliorata offrendo certezza, chiarezza e prevedibilità o concedendo il tempo necessario per adattare i loro modelli del mondo in modo tale da ridurre drasticamente il numero di errori di previsione. In secondo luogo, le differenze nel modo in cui i cervelli autistici predicono il mondo e affrontano gli errori di previsione non dovrebbero essere viste come un deficit o un disturbo, ma come parte della neurodiversità. Il pensiero assoluto che caratterizza l'autismo può in alcuni casi essere un vantaggio e quando si tratta di prendere decisioni, le persone autistiche sono spesso molto più logiche, coerenti e razionali delle persone neurotipiche.



Il nostro ottavo senso

Occorre intervenire
fin dalla prima
infanzia sull'aumento
della consapevolezza
di questi elementi !

Dott.sse ERIKA D'ANTONIO & FRANCESCA TABELLIONE 

INTEROCEZIONE E AUTISMO



L'INTEROCEZIONE È LA CAPACITÀ DI RICONOSCERE I SEGNALI INTERNI DEL CORPO E LE SENSAZIONI CHE PROVENGONO DA ESSO



È COMUNE CHE I BAMBINI CON AUTISMO LOTTINO CON L'INTEROCEZIONE



questo può influenzare la capacità di:

- rilevare la sensazione di fame
- sentirsi pieni e sapere quando smettere di mangiare
- riconoscere la sete
- sentirsi la vescica piena
- capire se i muscoli sono rilassanti o tesi
- calmare uno stato di agitazione/ansia



TRADUZIONE: @AUTISMOETITIAN

Fonte:

<https://www.facebook.com/FrancescaeErika/posts/1890967017726852/>

PRINCIPALI RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Murray D., Lesser M., Lawson W. (2005); **Attention, monotropism and the diagnostic criteria for autism**; in Autism Volume 9, Issue 2.
- Fergus Murray F., Reekie N., Edgar H.(2023); **An introduction to monotropism**, The PDA Space Portal
- Vermeulen P.(2022), **Autism and the Predictive Brain: Absolute Thinking in a Relative World**, Routledge: Londra.