

Caso studio 12

Il disturbo dello spettro d'ansia è un termine utilizzato per descrivere una serie di condizioni che comportano una preoccupazione o una paura eccessiva e persistente. I disturbi d'ansia sono un tipo di disturbo mentale e possono variare da lievi a gravi. Le persone affette da disturbo dello spettro d'ansia possono manifestare una serie di sintomi, tra cui preoccupazione, paura e apprensione eccessive, sintomi fisici come sudorazione, tremori o battito cardiaco accelerato ed evitamento delle situazioni che scatenano l'ansia.

- **Descrizione:** Lina, una bambina di 7 anni. Cerca spesso di assumersi la responsabilità di molte cose che non può realmente influenzare. Vuole soprattutto sentirsi al sicuro e chiede sempre di nuovo dopo una lezione, per ricontrollare, per essere rassicurata di aver capito o svolto correttamente il compito. Si osserva che la ragazza perde stabilità quando l'ordine o l'orario dei compiti cambia e si sente sopraffatta dai limiti di tempo e dai cambiamenti. In questi casi, avverte segni fisici di disagio, come sudorazione, brividi e palpitazioni.

Parole chiave:

Ansia, disturbo mentale, funzionamento quotidiano.

Caso studio 12. Disturbo dello spettro d'ansia

Strumento 1

Titolo: Quali sono i sintomi dell'ansia?

Utilizzando questo strumento è possibile sospettare un disturbo dello spettro d'ansia.

Istruzioni / Metodologia / Raccomandazioni per l'utilizzo dello strumento

La preoccupazione deve essere espressa se il bambino è preoccupato da molto tempo, senza un motivo chiaro. L'ansia diventa incontrollabile e interferisce con la vita quotidiana. La sintomatologia che ne deriva va dall'ansia persistente a quella aspecifica, fino a paure intense e travolgenti. In un contesto educativo, ciò influisce significativamente sul funzionamento del bambino nelle attività di apprendimento. Le manifestazioni più comuni sono il disimpegno, il disturbo d'ansia generalizzato e sociale e il mutismo selettivo.

Tutti i disturbi d'ansia hanno alcuni sintomi comuni:

1. Panico, paura.
2. Problemi di sonno - insonnia, sonno agitato.
3. Incapacità di concentrarsi e di focalizzarsi.
4. Frequenti palpitazioni o dolori al petto.
5. Difficoltà a respirare, mancanza d'aria.
6. Stanchezza e irritabilità.
7. Muscoli tesi.
8. Intorpidimento e formicolio alle braccia o alle gambe.
9. Vertigini.
10. Difficoltà a parlare, secchezza delle fauci.
11. Eccessiva preoccupazione o paura per una serie di situazioni o eventi, come la lontananza dai genitori, la frequenza scolastica o il dormire da soli.
12. Irrequietezza o agitazione, sensazione di essere nervosi o in tensione.
13. Evitamento di attività o situazioni che causano ansia o paura.
14. Sintomi fisici come mal di stomaco, mal di testa o tensione muscolare.
15. Difficoltà a dormire o a mantenere il sonno.
16. Facilità a spaventarsi o a spaventare.
17. Irritabilità, sbalzi d'umore o scatti d'ira.
18. Difficoltà a concentrarsi o a prestare attenzione.
19. Perfezionismo o paura di commettere errori.
20. Ricerca eccessiva di assicurazioni.

Interpretazione dei risultati

Se l'ansia dura a lungo, può diventare un disturbo d'ansia e può avere molti effetti negativi sulla nostra vita. Pertanto, è consigliabile cercare un aiuto professionale.

Parole chiave

Ansia, preoccupazione, disimpegno, disturbo d'ansia sociale.

Collegamenti

1. Anxiety and Depression Association of America: Anxiety in Children - <https://adaa.org/living-with-anxiety/children/anxiety>

2. Child Mind Institute: Anxiety in Children -
<https://childmind.org/guide/anxiety-in-children/>
3. National Institute of Mental Health: Anxiety Disorders in Children and Adolescents -
https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml#part_145345
4. American Academy of Child and Adolescent Psychiatry: Anxiety Disorders -
https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Anxiety-Disorders-007.aspx
5. Anxiety Canada: Anxiety in Children and Youth -
<https://www.anxietycanada.com/articles/anxiety-in-children-and-youth/>