



SISTEMA SANITARIO REGIONALE

ASL
ROMA 1



REGIONE
LAZIO

Dipartimento di Salute Mentale
UOC TSMREE
Distretto 1 "La Scarpetta"
Piazza Castellani n° 23
tel: 06.77306002

In questa fase complessa, di emergenza e disagio per tutti, l'Equipe per i Disturbi dello Spettro Autistico del TSMREE-1° Distretto della ASL Roma 1, ha pensato di dare un contributo con alcuni consigli, suggerimenti e proposte di attività, sperando di continuare ad essere di supporto e aiuto alle famiglie dei nostri bambini.



In questo secondo documento ci rivolgiamo alle famiglie dei bambini in età scolare (dai sei-sette anni ai dieci-undici). Tutte le famiglie potranno utilizzare questo materiale come riferimento, fermo restando che il contatto diretto con gli psicologi e i terapisti della Linea Autismo che conoscono i vostri bambini, permetterà di personalizzare le attività e le strategie di gestione della vostra quotidianità, e soprattutto di monitorare, ed eventualmente modificare attraverso il vostro feed-back, le proposte, adattandole ulteriormente.

Sappiamo che non sarà sempre facile gestire il grande cambiamento che ci troviamo a vivere, ma conosciamo anche le importanti risorse che come famiglie riuscite a mettere in campo, e ci auguriamo, in questo modo, di potervi dare una mano.

Un caro saluto

Federica Rossi, Bruna Scalese

tsmree1@aslroma1.it
angela.castellano@aslroma1.it
bruna.scalese@aslroma1.it

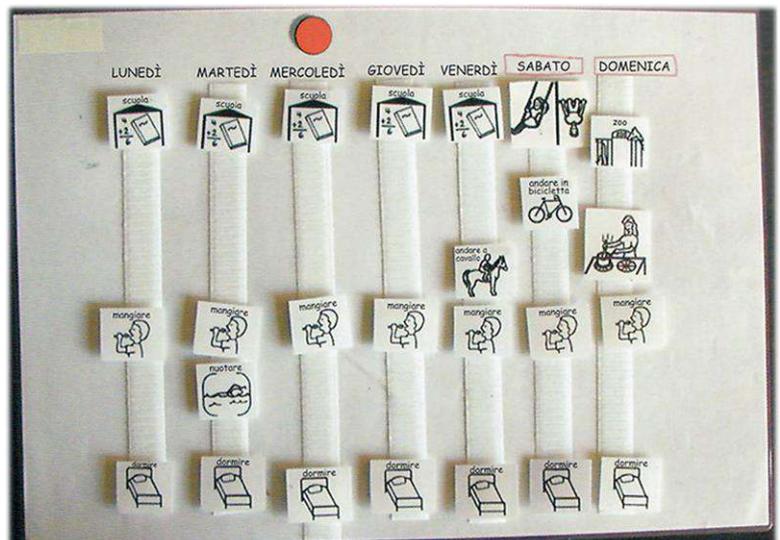


In questo momento in cui sono sospese le attività scolastiche, riabilitative e/o assistenziali è importante continuare a **mantenere le routine**, permettendo così al nostro bambino di orientarsi meglio a livello temporale, avendo una maggiore comprensione degli eventi. Molti comportamenti problematici possono essere la conseguenza di una non comprensione della sequenza degli eventi, di cambiamenti rispetto a quanto previsto dal bambino, di modifiche anche minime nella sua routine da destabilizzarlo a livello emotivo-comportamentale. Per tale

ragione avere una programmazione della giornata e comunicarla al nostro bambino nel modo per lui significativo può costituire una strategia preventiva di eccellenza. A tal riguardo dunque possiamo utilizzare un'**agenda visiva**: individuiamo cioè i vari momenti della giornata mostrandoli al bambino. L'agenda può essere costruita in tantissimi modi, non esiste un modo perfetto per tutti, in quanto va individualizzata rispetto alle caratteristiche della persona a cui è destinata. Dobbiamo tuttavia decidere tre parametri dello schema: Forma, Durata e Uso. Rispetto alla Forma dobbiamo decidere quale formato del segnalatore sia più comprensibile e saliente per la persona, se l'immagine stilizzata o la scritta. Possiamo scrivere i momenti principali della giornata, se il bambino è in grado di leggere l'ora possiamo scrivere anche i tempi in cui può svolgere delle attività. Quanti momenti visualizzare? Parliamo della durata dello schema. In realtà non c'è una risposta che vale per tutti i bambini, dipende dal funzionamento di ciascuno. Lo schema può essere giornaliero (indicando i principali momenti della giornata) o settimanale (illustrando quindi la programmazione di tutta la settimana). In questo momento in cui tante routine sono saltate l'utilizzo dello schema può permettere al bambino di sapere quando potrà svolgere ciò che più desidera e gli si offrirà una scansione della giornata/settimana, oltre che previsione e continuità rispetto alle routine solitamente sperimentate. Rispetto all'Uso bisogna decidere come



utilizzare le immagini o le scritte collocate sullo schema. Si può togliere la scritta dallo schema e collocarla in una tasca posta in fondo allo schema, o si può spuntare con una X l'attività una volta svolta, o si può cancellare l'attività una volta che è stata effettuata. Lo schema può essere fisso (collocato sempre nello stesso ambiente, preferibilmente di passaggio per il bambino) o mobile (che accompagna il bambino durante le transizioni).

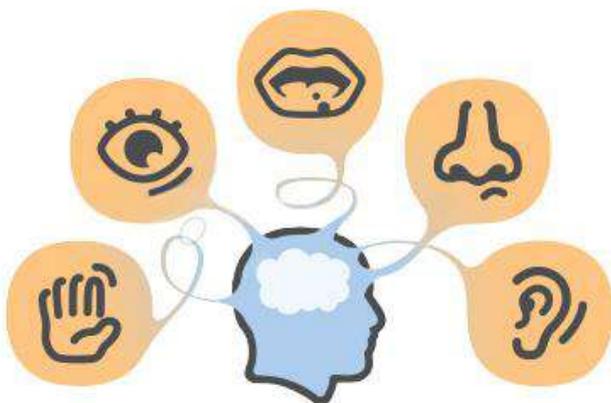


o semplicemente scrivere su un foglio i vari momenti della giornata, l'importante è che comunichiamo

al bambino la sequenza degli eventi della giornata/settimana. Lo schema visivo è un'ottima strategia in quanto fornisce al bambino delle informazioni, lo aiuta rispetto all'orientamento temporale, lo prepara a ciò che accadrà o a ciò che non accadrà, riduce l'ansia soprattutto con le novità e imprevisti, aiuta a comprendere che qualcosa è finito, supporta la comunicazione e la conversazione, fornisce la struttura per facilitare la partecipazione, favorisce l'autonomia, aumenta la motivazione, compensa le difficoltà di linguaggio ricettivo e riduce i problemi causati dai deficit di memoria e attenzione. Per suggerimenti sulla realizzazione dell'agenda contattare i clinici di riferimento



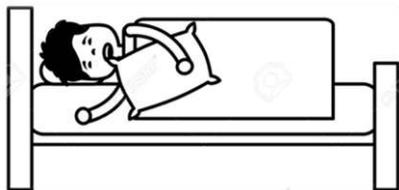
USCITE, DISPOSITIVI E PROBLEMI SENSORIALI



Molti dei nostri bambini possono avere delle abitudini consolidate rispetto alle uscite e in questo momento possono far fatica a rispettare le attuali disposizioni. Cerchiamo di offrire delle **alternative all'uscita** per strada: fare delle camminate sul balcone, sul terrazzo, in giardino. Laddove l'uscita rappresenti un bisogno essenziale per il nostro bambino allora dovremo prepararlo ai cambiamenti che purtroppo troverà

all'esterno. Se per noi è destabilizzante vedere le strade deserte, pensiamo a quanto questo possa risultare difficile per i nostri bambini. Troveranno negozi, bar, edicole, parchi chiusi e quindi tante delle routine che avevano precedentemente per forza di cosa non saranno fattibili. Pertanto dobbiamo scegliere cosa sia meglio per loro, a seconda del funzionamento che ciascuno ha: se offrire la nuova alternativa dentro casa (balcone, terrazza, corridoio) o se uscire per strada. L'uscita inoltre prevede che si debba indossare la mascherina e per i nostri bambini questo può risultare sensorialmente fastidioso. Come possiamo fare? Innanzitutto la mascherina va indossata già dentro casa, così da abituare il nostro bambino gradualmente a tale routine. Possiamo utilizzare un *timer* (sonoro o visivo) per stabilire quanto tempo va indossata e gradualmente aumentare i tempi. In tal modo abituiamo il nostro bambino alla nuova routine, esponendolo gradualmente all'esperienza nuova. Inoltre avere gli elastici della mascherina dietro le orecchie o i lacci attorno alla testa può risultare eccessivamente fastidioso, pertanto dobbiamo pensare delle alternative. Possiamo insegnare al nostro bambino a tenere la mascherina attorno al collo (non indossata sul viso) e a sollevarla quando vede delle persone. Si possono organizzare dei percorsi dentro casa così da far capire a quale distanza interpersonale la mascherina debba essere sollevata e posizionata sul viso. Se anche in questo modo il bambino non tollera l'esperienza allora possiamo eliminare i lacci e insegnare a tenere in mano la mascherina e poggiarla sul viso nel momento di bisogno. Anche in questo caso organizzare delle passeggiate dentro casa può rappresentare un'occasione di apprendimento.

RITMO SONNO-VEGLIA



E' importante garantire rispetto al sonno una costanza sia negli orari di addormentamento e risveglio che nel numero di ore di sonno. I bambini hanno bisogno di mantenere abitudini stabili nei cicli sonno/veglia e irregolarità in questi cicli potrebbero influire

negativamente a livello comportamentale (stanchezza, eccessiva irritabilità e disregolazione emotiva). Si suggerisce quindi di monitorare il tempo e la qualità del sonno, favorendo una certa **igiene del sonno**: ad esempio dedicando un ambiente specifico al sonno e privandolo di troppi stimoli. È preferibile mantenere gli stessi orari (ad esempio sveglia tutti i giorni alle 8.00 e addormentamento alle 21.00), così come continuare a utilizzare aiuti contestuali per chiarire questi momenti (pigiamina per dormire e vestiti puliti durante la giornata). Ricordiamo di non proporre attività attivanti prima di andare a dormire (tablet, attività motorie) bensì attività routinarie rilassanti, le così dette *pre-bed routine* (sequenze di eventi che si verificano ogni sera in modo routinario, come ad esempio: lettura di storie, musiche rilassanti) potenziando così il *link* associativo: prima routine, dopo sonno. Tali routine, se effettuate con coerenza, favoriscono la diminuzione dell'attivazione, una maggiore rilassatezza e propensione al sonno ed anche una maggiore prevedibilità della sequenza degli eventi.

ALIMENTAZIONE

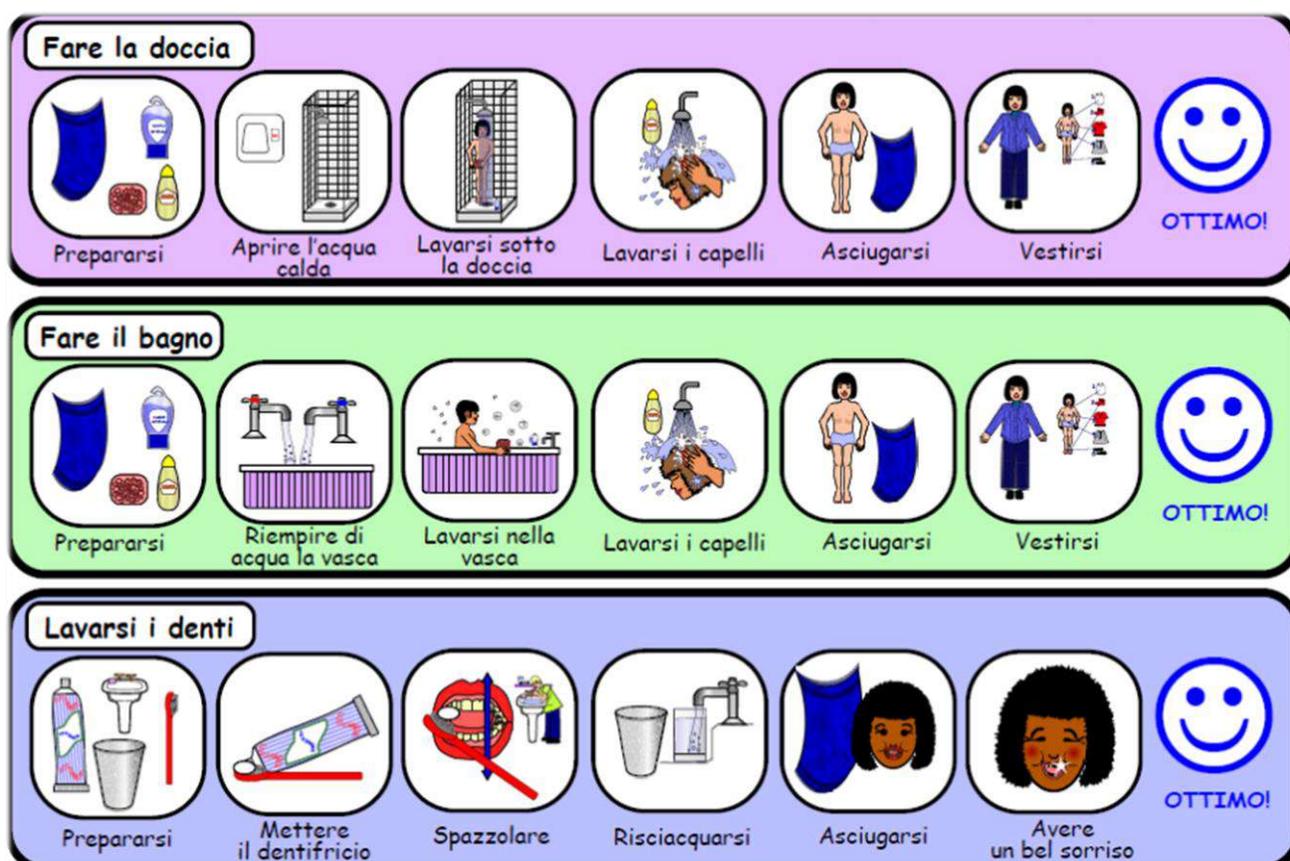


Anche per l'alimentazione vale la stessa regola. In questo particolare momento siamo tutti portati a modificare le nostre abitudini quotidiane con cambiamenti correlati negli orari dei principali pasti. È importante continuare a **distinguere i vari pasti della giornata** (colazione, merenda, pranzo, merenda, cena), regolando sia le dosi di cibo ingerite, sia gli orari.

Ricordiamo che, forse in questo momento più che mai, le routine dall'esterno ci aiutano a regolare il "nostro interno", dandoci delle regole a cui ci ancoriamo per non essere sovrastati dall'ansia. Ricordiamo che la sera è preferibile mangiare e bere almeno un'ora prima di andare a letto, per non avere problemi digestivi o di addormentamento.

AUTONOMIE PERSONALI

Avendo più tempo libero a disposizione possiamo approfittarne per lavorare su quelle abilità che vedono nell'ambito domestico il contesto privilegiato di intervento. Mantenerci attivi nel pensare come sfruttare al meglio il tempo a disposizione con il nostro bambino potrà tranquillizzarci e restituirci efficacia e competenza personale, oltre che contribuire allo sviluppo di quelle abilità che solitamente non abbiamo il tempo di sollecitare. Le abilità di autonomia sono costituite da una sequenza di passi comportamentali ciascuno correlato all'altro. Come fare per promuoverle? Partiamo dalla tecnica della **Task Analysis** o **Analisi del Compito**: "un insieme di metodi che consente di scomporre in sotto-obiettivi più semplici e accessibili un compito-obiettivo inizialmente troppo complesso per essere proposto nella sua totalità" (Ianes, 2006).



Ogni compito complesso dunque viene scomposto nei suoi principali step e si aiuta la persona a eseguire tutta la sequenza, utilizzando varie strategie di aiuto: concatenamento anterogrado (si insegna il primo step e si offre guida fisica per completare la sequenza; quando il bambino avrà acquisito maggiore competenza nello svolgimento del primo step gli si insegnerà il secondo, e così via) o retrogrado (l'adulto aiuta fisicamente il bambino nello svolgimento della sequenza e gli insegna l'ultimo step; quando quest'ultimo step verrà padroneggiato allora l'adulto procederà con

l'insegnamento del penultimo step, e così via). La scelta della tecnica di aiuto viene effettuata in base a come funziona il bambino: solitamente nelle autonomie personali il concatenamento retrogrado risulta maggiormente rinforzante per il bambino, perché si impegna nello svolgimento dello step che è immediatamente seguito dal completamento della sequenza e dal rinforzo (ad esempio dopo che l'adulto gli ha messo la maglia e i pantaloni il bambino è più motivato a indossare le scarpe, così dopo andrà a giocare). Non ci sono sequenze che vanno bene per tutti, ma bisogna individualizzarle rispetto alle caratteristiche cognitive e ai bisogni della persona a cui la sequenza è destinata. Ricordiamoci che specie nelle autonomie di base offrire anche il suggerimento verbale (cosa che ognuno di noi può fare in modo naturale e inconsapevole) può costituire un limite in quanto può creare dipendenza dalla persona (che quindi non impara a fare da sola bensì a dipendere dall'aiuto verbale fornito). Laddove sia presente una difficoltà rispetto alla programmazione, pianificazione e mantenimento dell'attenzione da parte del bambino su tutta la sequenza allora una **task analysis visualizzata** può costituire un'ottima strategia per aiutare il bambino nell'esecuzione di tutta la sequenza, in quanto aiuta la persona a prevedere i tempi, e ad aver un maggiore controllo sugli eventi, riducendo l'ansia e la probabilità di comportamenti problema.



In questo momento in cui siamo a casa i nostri bambini potrebbero aiutarci a preparare un dolce o una merenda. Anche in questo caso potremmo scomporre la sequenza nei sottopassaggi fondamentali permettendo loro di essere più autonomi nello svolgimento della ricetta, i **supporti visivi** in tal senso ci possono aiutare permettendo al bambino di capire meglio cosa fare e come fare.

Ad esempio nella ricetta di come preparare la pizza abbiamo distinto, in due sequenze separate, l'occorrente dalla procedura: in tal modo il bambino in un primo step prende tutto ciò che gli serve pesando anche gli ingredienti, nel secondo step focalizza l'attenzione sulla procedura e dunque sui vari passaggi da compiere.



Di seguito alcune abilità di autonomia su cui potersi dedicare in questo momento:

Cura di sé

- Lavarsi le mani
- Lavare la faccia e i denti
- Fare il bagno/la doccia e asciugarsi
- Lavare e asciugare i capelli

Abilità domestiche

- Annaffiare le piante
- Preparare la merenda
- Apparecchiare la tavola
- Lavare i piatti/caricare la lavastoviglie
- Mettere a posto la spesa
- Smistare i panni sporchi per colore
- Stendere i panni
- Piegare i panni
- Mettere a posto i vestiti
- Passare la scopa
- Spolverare

ATTIVITA' DI GIOCO

In questo periodo, si possono continuare a svolgere **attività insieme** ai nostri bambini, proponendo una sequenza variegata rispetto ai contenuti proposti: oltre ai compiti che gli insegnanti stanno dando, potremmo, nella rimanente parte del tempo, proporre altre attività così da avere una routine della giornata più ricca e articolata. Ricordiamo che tanto più avremo una giornata strutturata tanto più ridurremo la probabilità di comparsa di comportamenti problema, in quanto avremo reso la sua giornata più prevedibile e chiara. In questo l'agenda ci può aiutare sia per permettere al bambino di comprendere meglio lo svolgersi del tempo sia per spronarlo a svolgere attività che possono risultare poco motivanti per lui. In tal caso **l'alternanza** tra momenti di **gioco** e momenti di **lavoro** più strutturato potrà migliorare la collaborazione e la motivazione da parte sua.



Di seguito vi proponiamo una serie di attività che possono essere svolte in questo periodo

Buon Divertimento!

AREA COGNITIVA

ATTENZIONE

1. Barrage

Lo scopo dell'attività è quello di individuare un target tra una serie di distrattori. Disegnare su un foglio una serie di simboli/numeri/lettere e chiedere al bambino di barrarne soltanto uno. Gradualmente si possono aumentare sia i target da cercare che il numero dei distrattori, così come la loro collocazione spaziale (prima ordinati e successivamente disposti casualmente). Inoltre, per renderlo ancora più complesso si possono utilizzare due target che il bambino dovrà cercare, ma potrà barrarne ad una condizione... che gli stimoli sono vicini tra loro!

Trova la lettera **o**

o	e	s	r	o	l
v	o	q	s	o	o
t	p	i	i	v	v
u	b	r	o	o	o
b	v	o	o	q	r
g	g	c	b	t	f

20 Circonda con la penna la sequenza di lettere JKLMV!

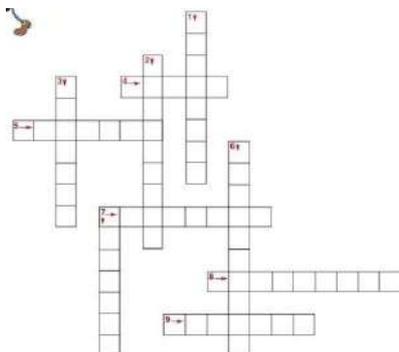
E U W I S J D H F D B V M C L S X H D I O F Z E
J F K D J K L M V U W I S H S K D H D B C N M C
G S Z W E I W H S J S N X Z R U R H J D F K D S H D
G D B C N V Z F Z U E D H D K S J S J K L M V A G
A Z S H S J S K S J N X H S Z W I S J S H S J S J
K S J K L M V W Z W U Z S I S S J S H D J K D L
D J K L M V Q Z Q W O Q P K A L S J H D H G G F J
V C B C N C M C M C N V J K L M V Q I Q U W Z W G
S J S J B Z E I C M X B J K L M V U Q I Q U A H
A J S B X U I E K S J D G H D K D K D J K L M V
T W G S J D B V C M C I E H D K D J K L M V W I W
U S J S J K S H S D G F K S D S Z E I Q W G D J S L

1 3 5 7 9

9	3	1	3	1	7
1	3				13
5	1		5	7	9
3	5	7	5		
1	7	3	9	5	5
5	3	1	7	9	3
1	7	9	7	5	7
9	9	5	3		7
		9			1

□	○	☆	○
○	□	☆	□
□	○	□	○
☆	□	○	□
○	☆	□	☆

2. CRUCIVERBA... che passione!



ORIZZONTALE

4. cuce i vestiti
5. cura i malati
7. spegne gli incendi
8. vende la carne
9. consegna le lettere

VERTICALE

1. cura i denti
2. lavora il legno
3. guida l'autobus
6. esplora lo spazio
7. dipinge i quadri

Un classico rompicapo...un passatempo divertente e stimolante perfetto per tenere impegnati i nostri bambini. Possiamo crearli noi senza la necessità di stamparli. E perché no? Magari inserire nelle domande gli interessi dei nostri bambini!

3. CRUCIPUZZLE

È un gioco stimolante che piace tantissimo ai nostri bambini. L'obiettivo è trovare parole nascoste in un mucchio di lettere che sembrano non avere senso. Le parole possono essere scritte in verticale ed orizzontale. Per essere anche più motivante e stimolante possiamo introdurre la variabile: sfida!

ANIMALI

U	C	C	E	L	L	I	N	O	S
T	O	L	L	E	M	M	A	C	I
G	A	G	N	E	L	L	O	C	A
O	L	O	T	T	A	I	O	C	S
O	L	L	A	G	A	P	P	A	P
N	R	P	E	T	N	O	S	I	B
I	E	I	T	N	A	F	E	L	E
S	C	O	N	I	G	L	I	O	E
A	L	L	E	N	I	C	C	O	C
I	A	G	U	R	A	T	R	A	T

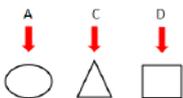
Quindi chi riuscirà a trovare più parole? Mamma, papà o il nostro bimbo? Per giocare al crucipuzzle, non è necessario stamparlo, ma possiamo crearlo noi. Possiamo inserire parole motivanti per il nostro bambino, e perché no... utilizzare i suoi interessi!

- | | | |
|----------|------------|------------|
| AGNELLO | COCCINELLA | PAPPAGALLO |
| APE | CONIGLIO | SCOIATTOLI |
| ASINO | ELEFANTI | SCOIATTOLO |
| BISONTE | GALLO | TARTARUGA |
| CAMMELLO | OCA | UCCELLINO |

4. Il Gioco Dei Simboli

Il gioco consiste nell'associare alla lettera il simbolo corrispondente. Creiamo una stringa di lettere e chiediamo al nostro bambino di associare alle lettere il simbolo corrispondente. L'importante è rendere chiaro il compito, spiegando chiaramente quello che il nostro bambino dovrà fare. Se il compito è autoesplicativo ridurremo le possibilità di errore e miglioreremo la comprensione autonoma del compito da parte sua. Per renderlo il compito più motivante possiamo introdurre la variabile: sfida! Chi impiegherà meno tempo? Mamma, papà o il nostro bambino?

METTI SOTTO ALLE SEGUENTI
LETTERE I SIMBOLI INDICATI:

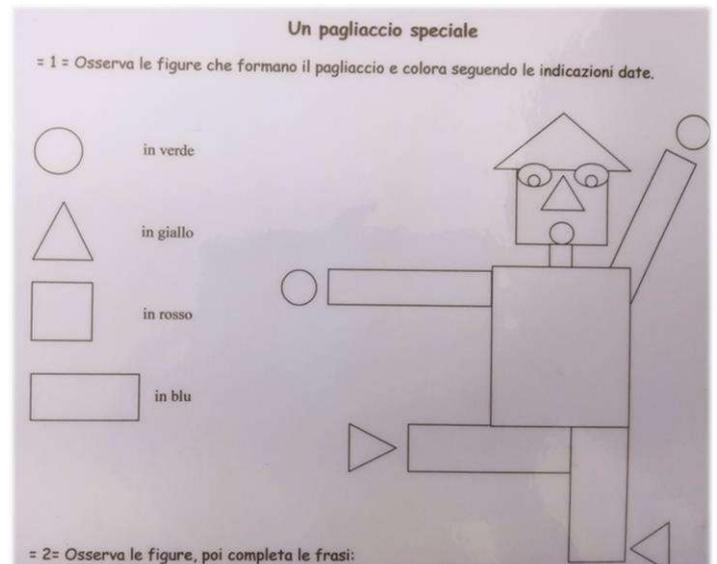
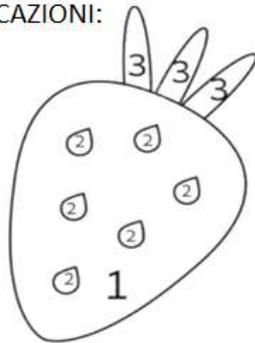
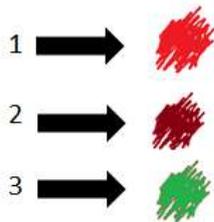


A	D	C	D	C	A	C	D	A	D	<u>D</u>	<u>D</u>	A	C
○													
C	A	D	<u>D</u>	A	D	C	D	C	A	D	A	C	A

5. Coloriamo

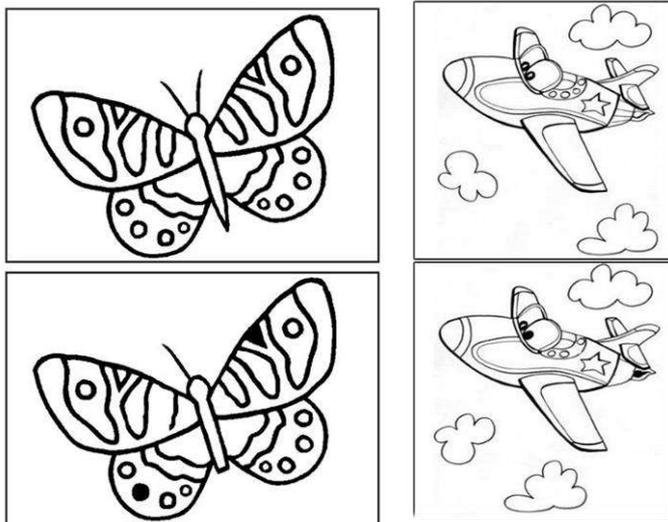
Realizziamo delle sagome da colorare, chiediamo ai nostri bambini di colorare all'interno di esse. Ma c'è una condizione: rispettare la legenda di colori che abbiamo definito. Idee per i disegni: case, fiori, figure geometriche, frutti....

COLORA SEGUENDO LE INDICAZIONI:



6. Il DETECTIVE: trova le differenze!

Disegnare due figure identiche al livello globale ma che si differenziano in alcuni dettagli. Il bambino dovrà assumere il ruolo del detective e scoprire le differenze. Si può rendere più motivante il gioco facendo una "sfida" con i nostri bambini. Chi ne troverà di più?



7. Il Gioco Dell'esploratore



Il gioco consiste nel far indovinare al nostro bambino degli oggetti che abbiamo nascosto in un sacco. Il bambino deve indovinare l'oggetto solo con il tatto, senza vederlo. Cominciamo a giocare!

Mettiamo alcuni oggetti all'interno di un sacco, senza farli vedere e iniziamo il gioco. Il bambino metterà la mano all'interno del sacco, dovrà prendere un oggetto, cominciare a descriverlo e alla fine dargli un nome, tutto questo senza vederlo! In questa attività i nostri bambini potrebbero incontrare delle difficoltà nell'infilare la mano dentro un sacco e potrebbero sperimentare ansia sia a livello sensoriale che per il fatto di non sapere cosa c'è dentro il sacco. Se è presente tale difficoltà allora bisogna iniziare il gioco semplicemente facendo mettere al bambino la mano nel sacco, abituandolo cioè a tale esperienza. Una volta che si sarà abituato a mettere la mano nel sacco allora potrà lui stesso mettere degli oggetti, così da sapere cosa c'è dentro. Superati questi step si può proporre il gioco.

8. Ascolto...e Cerco!

Prima di iniziare questo gioco inventiamo un brano all'interno del quale sono presenti nomi di colori o personaggi che piacciono al nostro bambino e prendiamo gli oggetti scelti (pennarelli o personaggi). L'obiettivo del gioco è che il bambino faccia attenzione al brano letto dall'adulto e prenda l'oggetto corrispondente dopo che l'adulto l'avrà denominato.

Esempio di storia:

UN CAMPO DI FIORI

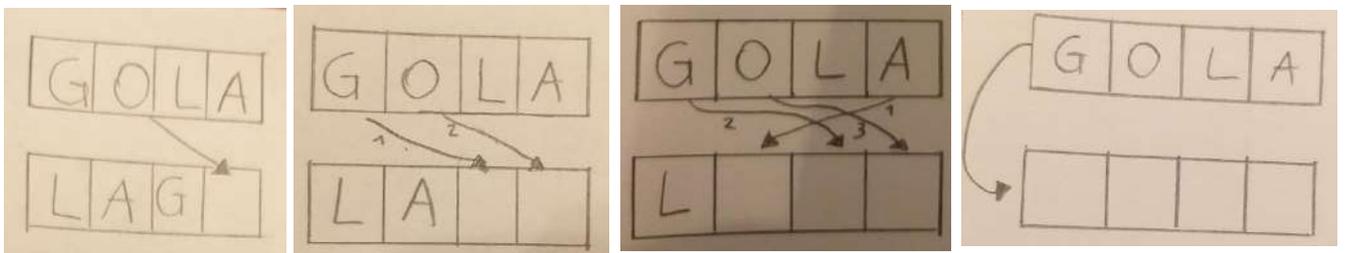
In un campo di fiori ROSA c'era una casetta MARRONE e dentro alla casetta ci abitavano una mamma, un papà e il loro bambino Antonio dagli occhi BLU e dai capelli NERI. Poco lontano c'era un campo di grano con le spighe GIALLE come il sole e Antonio, insieme ai suoi amici, andava sempre a giocare con il suo pallone CELESTE nel campo vicino. Quanto gli piaceva correre e saltare sul prato VERDE!

Quando arrivava la sera la mamma lo chiamava per andare a mangiare e lui era triste perché doveva lasciare i suoi amici. Dopo cena Antonio si metteva il suo pigiama ROSSO e andava a dormire sognando le corse che avrebbe fatto l'indomani con i suoi amici di scuola.

9. AIUTIAMO PIERINO... Riordiniamo le Lettere!



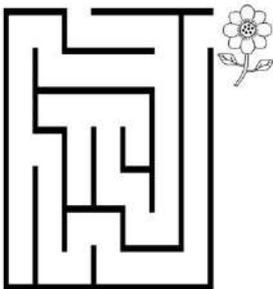
Il gioco consiste nel cercare le parole all'interno di letterine che sono state mescolate. Inizialmente possiamo facilitare il gioco inserendo delle immagini sparse nel foglio, che possono aiutare il bambino a trovare le parole. Chiediamo al nostro bambino...di aiutare Pierino a trovare le parole. Si può rendere più motivante il gioco facendo una "sfida" con i nostri bambini. Se il bambino incontra difficoltà nella procedura si possono offrire degli aiuti visivi per chiarire la procedura di spostamento delle lettere. A seconda della difficoltà sperimentata si può offrire minore o maggiore aiuto. Chi ne troverà di più? Esempi di parole da trovare: GOLA →LAGO, GELO → LEGO, ANTA → TANA, VENE → NEVE



10. Il labirinto



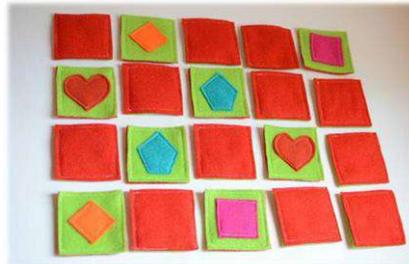
Realizzare labirinti in cui sono chiaramente visualizzati la partenza e la fine, il bambino deve trovare la via di uscita.



MEMORIA

1. Memory

Chiedere al bambino di trovare le coppie di oggetti uguali. In assenza di carte da memory, si possono disegnare coppie di figure geometriche o letterine.



2. Gioco delle coppie

Coppie di parole

mamma-papà
bici-ruota
computer-mouse
orologio-lancette
sedia-tavolo
quaderno-alunno
matita-foglio
funghi-bosco
cane-collare
stagno-rana
torta-mele
piscina-braccioli
gatto-topo
occhio-ciglia

Preparate una lista di coppie di parole, ad esempio mamma-papà, cane-gatto, banco-sedia, zaino-diario etc., e leggetele al bambino. Lo scopo del gioco sarà quello di ascoltare attentamente le parole e successivamente ricordare le associazioni (ad esempio noi diciamo “zaino” e il bambino deve ricordare la parola ad esso associato, in questo caso “diario”). Per aumentare la motivazione possiamo farlo anche formando delle squadre, vincerà chi riuscirà a ricordarne di più.

2. Ascolta e ricorda i colori!

Leggiamo al bambino una storia e chiediamo di stare attento e concentrato perché l’obiettivo del gioco sarà quello di ricordare i colori dei vestiti dei personaggi.

3. Quante Rullate Con Il Tamburo?



Prendiamo un tamburo o qualsiasi altro strumento musicale o se non abbiamo a disposizione questi tipi di strumenti possiamo utilizzare due penne e rullare sul tavolo. Lo scopo del gioco sarà quello di ricordare il numero di rullate, pertanto il bambino dovrà essere concentrato ad ascoltarle e a tenerle in memoria. Per aumentare la motivazione al gioco possiamo cambiare il turno, anche mamma e

a papà dovranno ricordare il numero delle rullate. Chi sarà il vincitore?

Per renderlo più complesso possiamo aumentare il numero di sequenze da ricordare e inoltre inserire sequenze di azioni non semanticamente collegate: ad esempio mamma va in cucina, si accovaccia per terra, batte le mani e si mette a dormire.

8. Cosa è Cambiato Nella Stanza?

L'obiettivo dell'attività consiste nel ricordare la maggior parte degli oggetti che sono stati spostati



nella stanza. Il gioco inizia facendo osservare al bambino la stanza di gioco chiedendogli di memorizzare la maggior parte degli oggetti e la loro posizione. Successivamente il bambino uscirà dalla stanza e mamma o papà dovranno spostare alcuni oggetti. Al ritorno il bambino dovrà guardare attentamente la stanza e ricordare gli oggetti che sono stati spostati.

FLESSIBILITA'

1. Gioco delle carte



Utilizzando un mazzo di carte chiediamo al bambino di classificarle secondo un criterio, ad esempio: colore o forma. Al termine di questa categorizzazione, cambiamo il criterio di classificazione. Il bambino dovrà riuscire a cambiare criterio senza farsi influenzare da quello precedente.

2. Costruire una frase con la stessa lettera



Chiediamo al bambino di creare una frase utilizzando la stessa iniziale su tutte le parole che compongono la frase. Ad esempio: Domani Davide dormirà da Daniele. Successivamente, cambiare il criterio di invenzione.

3. Mare o Montagna



L'obiettivo del gioco sarà quello di nominare le immagini presentate, ma ad una condizione: non nominarle correttamente! Presentiamo due immagini, una rappresentante il mare e l'altra la montagna. Inizialmente il bambino dovrà nominare correttamente la carta presentata: quando l'adulto mostrerà il mare il bambino denominerà correttamente l'immagine; stessa cosa per la presentazione dell'immagine della montagna. Successivamente, cambiamo il criterio di esecuzione, chiedendo al bambino di nominare "MARE" quando

vede l'immagine della montagna e "MONTAGNA" quando vede l'immagine del mare.

4. Prima o Dopo?

PRIMA

DOPO

In questo gioco sarà necessario prendere due fogli, nel primo scriveremo "PRIMA" e nel secondo scriveremo "DOPO". Successivamente chiediamo al bambino di dire i numeri da uno a dieci. A questo punto siamo pronti per iniziare il gioco: diciamo un numero e contemporaneamente alziamo o il foglio "PRIMA" o il foglio "DOPO". Se alziamo il foglio con su scritto

"PRIMA" il bambino dovrà dire il numero precedente a quello che abbiamo detto, altrimenti se alziamo il foglio con su scritto "DOPO" il bambino dovrà dire quello successivo. Per rendere più

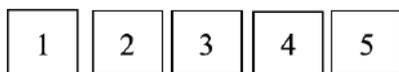
complesso il compito possiamo cambiare il criterio, quindi se alziamo “PRIMA” il bambino dovrà dire il numero successivo mentre se alziamo “DOPO” dovrà dire quello precedente.

5. Gioco del semaforo!



Il gioco consiste nel raggiungere un obiettivo prefissato nella stanza, ad esempio un gioco di grande interesse per il bambino che il genitore avrà nascosto. Si potrà realizzare una sorta di caccia al tesoro in cui il genitore guiderà il bambino a trovare l’oggetto nascosto, il bambino dovrà seguire le istruzioni fornite dal signor semaforo. Costruiamo una paletta con un foglio di colore rosso e una di colore verde. Nella fase iniziale, il bambino potrà raggiungere l’obiettivo seguendo le regole generali del semaforo, se alziamo la paletta verde può compiere un passo altrimenti se alziamo quella rossa dovrà fermarsi. Successivamente, la regola verrà cambiata e quindi il bambino dovrà adattarsi al nuovo criterio. La nuova regola che vige è la seguente: se alziamo la paletta rossa il bambino potrà avanzare di un passo mentre se alziamo quella verde dovrà rimanere fermo. Se commette un errore dovrà tornare indietro.

6. Lettere o numeri che confusione!



Il gioco consiste nel riuscire a non confondersi. Siamo pronti? Prepariamo dei cartoncini di numeri da 1 a 5 e di cinque lettere.



Nella fase iniziale del gioco quando il bambino vedrà il cartoncino con su scritto un numero dovrà dire “NUMERO”, quando invece vedrà il cartoncino con una lettera dovrà dire “LETTERA”. Successivamente, nella seconda fase del gioco il bambino dovrà riuscire a non confondersi, perché il criterio è stato cambiato! Quando presentiamo il cartoncino con un numero il bambino dovrà dire “LETTERA” mentre quando vedrà il cartoncino con una lettera dovrà dire “NUMERO”.

7. Trova La Soluzione

Il gioco consiste nel presentare una situazione problematica e il bambino dovrà cercare di trovare le diverse soluzioni che possono essere messe in atto al fine di risolverla. L’obiettivo è quello di utilizzare sia oggetti convenzionalmente deputati alla soluzione del problema, ad esempio prendere una scala per accedere ad un punto non accessibile, sia oggetti che convenzionalmente hanno un’altra funzione, ma che possono in modo flessibile essere usati per raggiungere lo scopo.

TROVA LA SOLUZIONE

Come potrebbe fare la bambina a recuperare il palloncino?



- Prende una scala
- Prende una scopa
-

8. Trova l'Alternativa!

L'obiettivo dell'attività è quello di presentare un oggetto (ad esempio un bicchiere, un tappo della bottiglia...) e richiedere al bambino a cosa altro potrebbe servire. Ad esempio: una busta della spesa può essere utilizzata come un ombrello per proteggersi dalla pioggia.

PIANIFICAZIONE

1. La telecronaca



Diamo al bambino un disegno da colorare. Spieghiamogli che mentre colora dovrà raccontare che cosa sta facendo, descrivendo passo dopo passo le proprie azioni, ad esempio “Prendo il colore marrone per colorare il tronco dell’albero. Inizio a colorare...”.

Allo stesso modo possiamo chiedere al bambino di realizzare un disegno libero, sempre descrivendo le proprie azioni.

2. Costruire Una Macchina Lego



Le scatole di Lego con le istruzioni sono un ottimo materiale per incrementare la pianificazione del nostro bambino, attraverso l’organizzazione visiva. Il materiale viene organizzato da destra verso sinistra. Se necessario, il foglietto con le istruzioni può essere tagliato in più parti, mettendo poi ognuno di esse nel cestino con i pezzi corrispondenti.

3. Facciamo un dolce insieme!

Prepariamo insieme un dolce, scrivendo su un foglio le fasi del procedimento. Prima di iniziare la preparazione possiamo richiedere al bambino di definire le sequenze necessarie per la preparazione e metterle in ordine logico e temporale.

4. Facciamo la pasta di sale!



Prepariamo insieme la pasta di sale, scrivendo su un foglio le fasi del procedimento. Iniziamo partendo ad organizzare gli ingredienti necessari.

Ingredienti: 1 tazza di farina, 1 tazza di acqua, 1 tazza di sale grosso

Procedimento

Aggiustare l’impasto aggiungendo gli ingredienti in base alla consistenza che si preferisce ottenere. Il manufatto ottenuto potrà essere lasciato asciugare in forno a bassa temperatura o all’aria aperta. Completata l’essiccazione, si può procedere con la pittura servendosi delle tempere

Con la stessa organizzazione possiamo preparare insieme la **Sabbia Cinetica**.

Ingredienti: 300 gr di farina 00 o integrale, 300 gr di amido di mais, 60 ml di olio da cucina a scelta

Procedimento

Impastare insieme gli ingredienti e modellare. Lasciare riposare il composto per una mezz'ora prima di iniziare a giocare. È bene che la sabbia risulti malleabile e non troppo bagnata.

Il composto ottenuto potete posizionarlo all'interno di una ciotola o bacinella dove i vostri bambini potranno divertirsi ad impastare e modellare.

Potete provare ad aggiungere qualche goccia di colorante alimentare o succo di barbabietola o altri coloranti naturali a vostra scelta.

INIBIZIONE

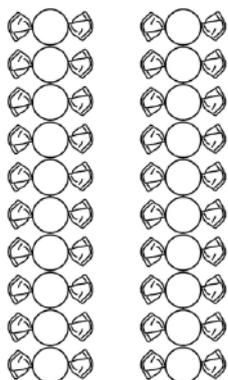
1. Inventiamo!



Presentiamo al bambino una serie di frasi che dovrà completare con delle parole che non sono legate al contenuto della frase. Ad esempio “il gatto è un” il bambino dovrà completarla con una parola che non è semanticamente collegata al contesto della stessa, quindi: “Il gatto è una balena”. Il bambino commetterà un errore se completerà la frase in modo corretto (“il gatto è un animale”). Per

motivarlo al gioco possiamo inserire la variabile “sfida”! Chi commetterà meno errori?

2. Scarto O Non Scarto La Caramella!



Il gioco consiste nel produrre una risposta in corrispondenza di un suono e inibirlo in corrispondenza di un altro. Prepariamo un foglio con dieci file di caramelle, tutte le volte che produciamo un suono, come ad esempio “battere una volta sul tavolo”, il bambino dovrà tracciare un segno su una caramella mentre quando “battiamo due volte” dovrà inibire la risposta, pertanto non dovrà segnare la caramella.

3. Il Salto Della Rana



Come nel gioco precedente l'attività consiste nel produrre una risposta in funzione di un suono e di inibirlo in funzione di un altro. In questo gioco il bambino dovrà fare il salto di una rana, quando sentirà da parte nostra il

suono “CRA” potrà saltare verso di noi, ma se produciamo il suono “CRA-CRA” il bambino non potrà saltare e pertanto rimanere fermo nella sua posizione.

4. Uno due tre stella



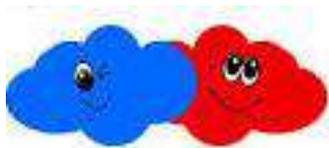
Ritorniamo bambini anche noi! Collocatevi con il viso rivolto al muro e il bambino potrà raggiungerci, ma ad una condizione...facendo attenzione a fermarsi quando sente la parola “STELLA”.

5. Il gioco degli animali



L'obiettivo della seguente attività è quello di prestare attenzione ad una lista di animali che compiono un'azione. Lo scopo del gioco è quello di aspettare che la frase venga letta e decidere se è corretta o meno l'azione associata all'animale, qualora fosse corretta il bambino dovrà mimare il verso dell'animale altrimenti non dovrà fare nulla. Un esempio di lista di animali con azioni: pesce...nuota; leone...abbaia; cavallo...vola; mucca...mangia l'erba; cavallo...corre; gufo...nuota...

6. Blu o Rosso



Il gioco consiste nel prestare molta attenzione a non commettere errori e ad inibire una risposta abituale. Coloriamo due fogli, uno di rosso e uno di blu. Quando alziamo il foglio blu il bambino dovrà dire “ROSSO”, mentre quando alziamo il foglio rosso dovrà dire “BLU”. Per aumentare la motivazione, inseriamo la variabile sfida! Chi commetterà meno errori? Mamma, Papà o il bambino?

7. Il mago colore!

In questo gioco mostriamo delle parole scritte con diversi colori e il bambino dovrà pronunciare ad alta voce il colore dell'inchiostro con cui è stata scritta la parola. Il colore è l'informazione rilevante per lo svolgimento del compito, mentre il significato della parola (che non deve essere letto) è l'informazione non rilevante. C'è una piccola difficoltà da superare, non farsi ingannare dalla parola scritta. Chiediamo al bambino di nominare il colore delle seguenti parole...

VERDE	BIANCO	ARANCIONE
ROSSO	MARRONE	GIALLO
GIALLO	GRIGIO	BLU
BLU	ROSA	ROSSO
NERO	VIOLA	VERDE

9. Eliminiamo Le Parole

Il gioco inizia con una frase a nostra scelta e a turno eliminiamo le ultime parole. Lo scopo è quello di ricordare sia la frase sia le ultime parole eliminate. Ad esempio:

G1 “Il gatto e il cane sono animali domestici”

G2 “Il gatto e il cane sono animali”

G1 “Il gatto e il cane sono”

G2 “Il gatto e il cane”

G1 “il gatto e il”

G2 “Il gatto e”

G1 “Il gatto”

G2 “Il”

AREA COMUNICATIVO-SOCIALE

Turni conversazionali

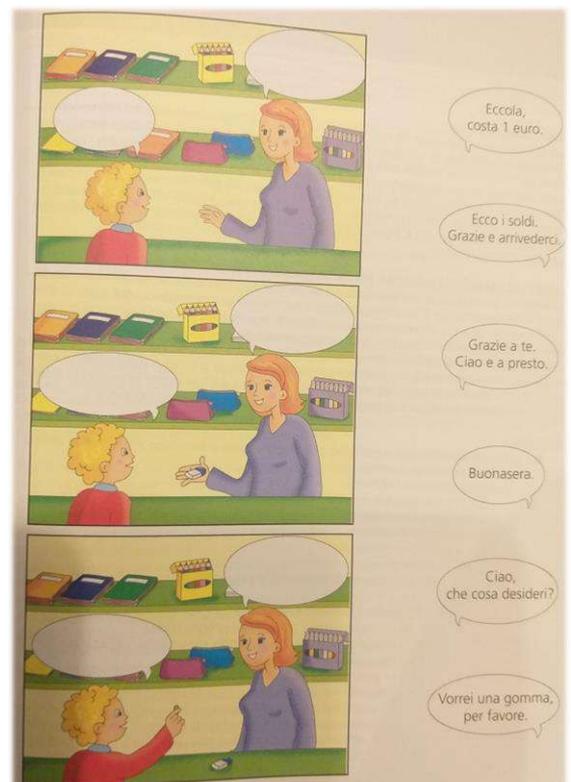
I nostri bambini possono avere difficoltà a livello conversazionale, mancare di reciprocità e dunque di scambi dialogici qualitativamente efficaci. Possono ad esempio rispondere alla domanda ma poi non interessarsi a ottenere la stessa informazione da parte dell'altro, ad esempio rispondono alla domanda "Come ti chiami" ma poi non la pongono all'altro. Possiamo insegnare loro a rispondere alle domande e a porle usando dei supporti visivi (colori, numeri). Usando i numeri possiamo aiutarli ad andare avanti nella conversazione, partendo ad esempio da una conversazione minima di 4-8 turni conversazionali. In tal modo poniamo le basi della



reciprocità: l'altro mi pone una domanda, io rispondo e poi pongo a lui la stessa domanda. Una volta che il bambino ha acquisito questa competenza si può lavorare sull'ampliamento degli argomenti.

Copioni conversazionali

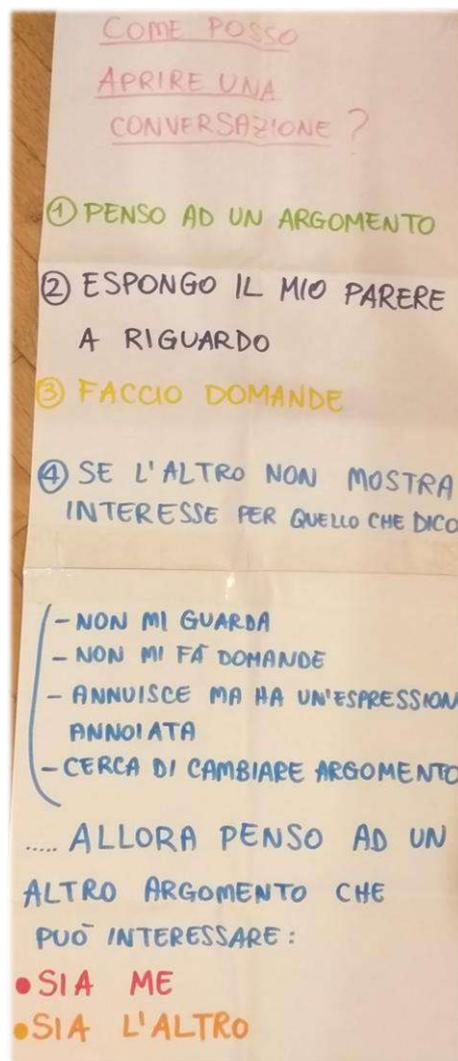
Immaginare degli scenari, noti e sperimentati dal bambino e scegliere dei ruoli, ad esempio gelataio e cliente. Scrivere quali sono gli script conversazionali tipici per ogni ruolo ed esercitarsi a utilizzarli all'interno dello scenario immaginato. Una volta che il bambino ha compreso cosa dire si potranno rappresentare gli scenari, e i vari ruoli. Inizialmente può essere utile mantenere la guida scritta, successivamente si può eliminare. Successivamente alternare i ruoli rappresentati e introdurre delle varianti o imprevisti (ad es. non c'è il gusto cioccolato, il negozio è chiuso, non c'è il cono ma solo la coppetta), per aiutare il bambino ad affrontare situazioni diverse, non pianificate migliorando le sue capacità di *problem solving*. Una variante di questa attività può essere quella di rappresentare uno scenario e il bambino farà da spettatore. Gli "attori"



parleranno senza esplicitare dove si trovano e il bambino dovrà inferire il luogo della conversazione e i ruoli dei personaggi. Scenari possibili: gelateria, cartoleria, dottore, pizzeria, chiedere informazioni stradali, edicola, stazione, supermercato, ecc.

Abilità sociali

Spesso succede ai nostri bambini di parlare di un argomento per loro motivante senza porre attenzione agli aspetti non verbali dello scambio conversazionale con l'altro. Succede così che possano parlare senza orientarsi verso l'altro, senza guardarlo negli occhi e senza osservare se l'altro sia interessato o meno a quello che sta dicendo. Anche in questo caso è molto utile usare le così dette **social card**, ossia carte in cui vengono esplicitati chiaramente i passaggi fondamentali di un'abilità sociale. Si possono creare tante social card a seconda di quali abilità si vogliono sollecitare. Ad esempio "ascoltare l'altro" può essere costituito dai seguenti passaggi: oriento il mio corpo verso l'altro, guardo l'altro, mantengo la distanza di un braccio, ascolto quello che l'altro dice. Ogni bambino ha difficoltà diverse, pertanto, a seconda di quello che risulta compromesso per ogni bambino, provvederemo a proporre social card specifiche e diverse. Principali abilità sociali su cui si può lavorare: orientarsi verso l'altro, guardare l'altro, mantenere una giusta distanza, ascoltare l'altro, aprire una conversazione, rispettare i turni conversazionali, mantenere una conversazione, chiudere una conversazione, cambiare argomento di conversazione.



Metafore e linguaggio implicito

Spesso i nostri bambini possono non comprendere il linguaggio implicito, ironie, doppi sensi, proverbi, allegorie, allusioni. Per favorire tali aspetti non va bene né dare per scontato che il bambino capisca da solo scherzi e battute, né fare una lezione "formale" sui modi di dire. I nostri bambini sono molto letterali



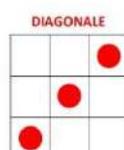
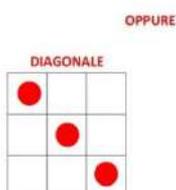
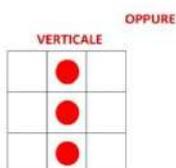
pertanto dovranno essere esposti a tali modalità comunicative in modo naturale ma mediato. E' preferibile ad esempio esplicitare prima il messaggio e poi far seguire la metafora, come nell'esempio "è proprio una bella ragazza, semplice e senza trucco...è proprio acqua e sapone". In tal modo prima spieghiamo il significato della metafora e poi la utilizziamo. Il bambino impara così il significato della metafora senza sperimentare incomprensione, frustrazione e ansia. Il discorso figurativo confuso, gli idiomi, i modi di dire, i proverbi devono essere sempre spiegati. Semplificare il linguaggio e i concetti astratti fa parte di un quotidiano impegno a supporto delle lezioni e delle conversazioni.

Rispettare le regole di un gioco

Pur avendo i nostri bambini buone abilità di comprensione ed espressione verbale spesso possono non comprendere bene le norme che regolano le interazioni sociali. Tali regole sono implicite, flessibili, non chiare e questo può determinare incomprensione da parte del nostro bambino, così come difficoltà di accettazione delle stesse. Per favorire una maggiore partecipazione sociale ed una correlata maggiore capacità di giocare insieme agli altri possiamo chiarire i vari passaggi all'interno di un gioco, anche step che possiamo pensare scontati ma che non lo sono per i nostri bambini. Ad esempio, nel gioco del memory, i nostri bambini possono non guardare le mosse dell'altro, non prestando pertanto attenzione alle carte che l'altro scopre. Esplicitare che è importante guardare le carte dell'altro può permettere al nostro bambino di porre attenzione a tale passaggio, giocando quindi con maggiore competenza. Importante inoltre esplicitare che non bisogna arrabbiarsi se si perde, ma che il reale vincitore del gioco è colui che rispetta le regole.

REGOLE DEL TRIS

- 1) OGNI GIOCATORE HA DELLE PEDINE DI FORMA UGUALE
- 2) A TURNO OGNI GIOCATORE METTE LA SUA PEDINA IN OGNI CASELLA
- 3) POSSO FARE TRIS QUANDO HO MESSO PER PRIMO LE MIE 3 PEDINE IN POSIZIONE:



- 4) NON MI ARRABBIO SE QUALCUNO METTE LA PEDINA DOVE VOLEVO METTERLA IO



- 5) NON MI ARRABBIO SE NON FACCIO TRIS

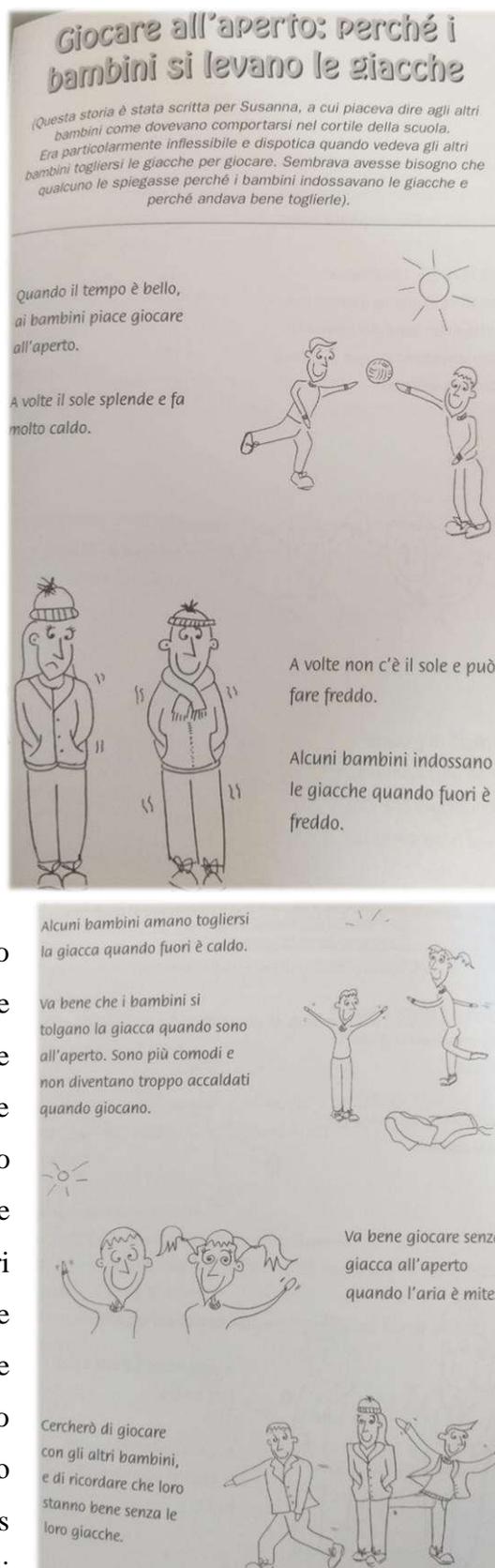


- 6) VINCE CHI RISPETTA LE REGOLE!



Storie sociali

Una storia sociale è una breve storia scritta in un modo e in una forma specifici. La storia descrive quello che succede in una specifica situazione sociale. Racconta cose ovvie per la maggior parte di noi, ma che non lo sono per chi ha dei problemi di comprensione sociale. La storia sociale descrive quello che la gente fa, perché lo fa e quali sono le comuni reazioni a questi comportamenti. Le frasi descrittive, soggettive e direttive sono i blocchi essenziali per la costruzione di una storia sociale di base. Le frasi devono essere molto semplici e il linguaggio chiaro e conciso, usando il presente e il futuro. Le frasi descrittive descrivono quello che succede, dove la situazione si sta svolgendo e perché. Le frasi dovrebbero essere il più accurate possibile, e dovrebbero contenere parole come –in genere- o –a volte-, piuttosto che –sempre-, in modo da evitare le interpretazioni letterali e per aiutare lo studente a gestire il cambiamento. Le frasi soggettive descrivono le reazioni e le risposte degli altri nella situazione-stimolo, e a volte le ragioni per queste loro reazioni, e possono descrivere i sentimenti degli altri. Le frasi direttive descrivono le risposte desiderate alle situazioni sociali, e dicono al bambino, in termini positivi, quello che dovrebbe cercare di fare o di dire nella situazione-stimolo. Spesso cominciano nel seguente modo: “Cercherò di...”. Le storie sociali hanno una grande efficacia nello spiegare ai nostri bambini il significato di alcuni comportamenti, le conseguenze socio-emotive degli stessi e le alternative possibili. È molto più facile scrivere una storia sociale quando c'è un obiettivo chiaro, ovvero quando è assolutamente chiaro quale sia il problema per il nostro bambino e che sarà il focus della nostra storia. Inoltre le storie hanno più probabilità di avere un impatto positivo se sono lette in tutti i contesti, se si sviluppa una routine e se sono lette sempre appena prima della situazione sociale per la quale sono state scritte (C. Smith, 2006).



AREA EMOTIVA

Conoscenza di sé e degli altri

Possiamo aiutare il bambino a migliorare la consapevolezza di alcuni aspetti di sé, così come la conoscenza degli altri. Si può partire dalla descrizione delle caratteristiche fisiche di ognuno (colore di capelli/occhi, altezza), fino ad arrivare a descrivere aspetti più legati a preferenze personali o al carattere (cibi preferiti e non, materie preferite, film, talenti e limiti, interessi). E' importante aiutare il bambino a riflettere sulle caratteristiche esteriori (percepibili con i sensi) e quelle interiori (che non potendo essere "viste" possono non essere così intuitivamente evidenti per i nostri bambini). Successivamente tale lavoro può essere esteso al gruppo, insieme agli altri membri della famiglia e permette al bambino di ascoltare le descrizioni

> Il mio aspetto esteriore è diverso da quello altre persone



Più basse di me	Altezza	Più alte di me
	io	



Più leggere di me	Peso	Più pesanti di me
	io	



Più piccolo del mio	Numero di scarpe	Più grande del mio
	io	



Più chiaro del mio	Colore dei capelli	Più scuro del mio
	io	

Ma ho anche delle cose in comune con altre persone

..... ha gli occhi dello stesso colore dei miei.
 porta il mio stesso numero di scarpe.
 ha i capelli dello stesso colore dei miei.

> I miei interessi e le mie preferenze

I MIEI PREFERITI



Programma televisivo:



Cibo:



Paese:



Libro:



Musica:



Sport:

I MIEI HOBBY

.....
.....
.....

fornite

dagli altri, riflettendo sulle differenze/similitudini tra sé e gli altri. È inoltre un buon modo di stare insieme a tutta la famiglia dando importanza anche agli altri bambini. Un'ulteriore variante di quest'attività può essere quella di descrivere eventi passati utilizzando le foto dei genitori da bambini/giovani, dei nonni, permettendo così al bambino di avere un pensiero dinamico anche relativo ad eventi che non ha vissuto direttamente ma che può immaginare.

Individua l'emozione

Il saper riconoscere e comprendere le emozioni è alla base dell'autoconsapevolezza, dell'empatia e dell'autoregolazione emotiva. I nostri bambini spesso presentano delle difficoltà nell'interagire emotivamente con gli altri, proprio in relazione alla compromissione nella capacità di cogliere ed interpretare gli stati mentali dell'altro. Spesso vengono colte le emozioni di base ma non le emozioni più complesse (gelosia, imbarazzo, fastidio), il lessico emotivo può risultare piuttosto povero ed

Dai un volto all'emozione

Unisci con una linea le frasi con la faccetta per indicare come ti sentiresti in queste situazioni.

Il mio cane è scappato e non si trova



La mia mamma è andata a parlare con la maestra



Il mio amico ha svelato un mio segreto



Di notte ho sentito un forte rumore



I miei genitori non mi hanno permesso di fermarmi a dormire dalla mia amica

Non mi sono preparato per il compito di matematica



La maestra mi ha scoperto che stavo copiando da un mio compagno gli esercizi della verifica di inglese

inoltre anche la capacità di manifestare sfumature emotive ed espressioni modulate può risultare inficiata. Possiamo drammatizzare delle interazioni sociali di breve durata e poi chiedere al bambino come si sono sentiti i vari personaggi all'interno della situazione rappresentata. Si possono costruire dei cartellini (cannuccia attaccata ad un cartoncino) che i bambini dovranno sollevare durante la richiesta. Tale lavoro può essere svolto anche vedendo dei filmati, anche se può risultare difficile per il nostro bambino interrompere la visione del video. Si possono anche leggere delle storie e inferire gli stati d'animo dei personaggi, l'importante è aiutare il bambino a riflettere su come i personaggi provano emozioni diverse perché ciascuno vive la situazione a modo proprio. Successivamente si potranno inserire scenari in cui i personaggi

provano una doppia emozione: ad esempio in cui un bambino, dopo aver rubato un biscotto, può sentirsi al tempo stesso in colpa per averlo rubato ma anche contento per averlo mangiato.



Prospettive diverse

Spesso i nostri bambini possono avere una visione autoriferita degli eventi e fanno fatica a mettersi nei panni degli altri. Possiamo partire da una strategia visiva molto semplice: prendiamo un'immagine fronte/retro: da un lato ci sarà l'immagine di un cane ad esempio, e dall'altro l'immagine di una casa. Mettiamoci di fronte al bambino, in modo che ognuno veda solo una faccia della carta. Chiedere al bambino cosa vede e riflettere sul fatto che ognuno vede un lato delle cose, che non esiste una prospettiva giusta e che ognuno, dalla propria prospettiva, ha ragione. Inoltre è grazie alla prospettiva di tutti che si può cogliere la totalità e la complessità delle cose. Questo esercizio di base offre un supporto visivo alle abilità di teoria della mente, e può essere ampliato in vari modi. Ad esempio si possono presentare delle situazioni in cui i vari

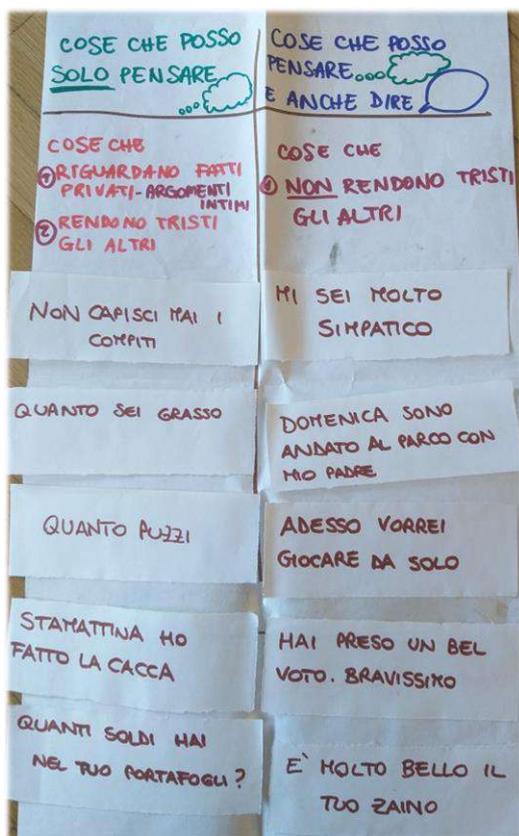


personaggi hanno visioni diverse delle cose e pertanto differenti stati emotivi: ad esempio, nella stessa situazione, un bambino può arrabbiarsi perché gli è caduto il gelato ma il suo cane ne è contento.

Tono di voce e intonazione

Una variante delle attività fino ad ora proposte è quella di individuare le emozioni sperimentate dai personaggi sentendone soltanto la voce. Il paralinguaggio è la componente vocale del linguaggio composta da elementi che prescindono dal contenuto verbale. Esso comprende i tratti prosodici (come intonazione, ritmo, durata, accento) e i tratti più propriamente paralinguistici, quali il tipo di voce, il timbro utilizzato, la risonanza. Le variazioni di tali parametri concorrono alla formazione del significato (volontario o involontario) di una comunicazione. Si può ad esempio dire la frase *“Questa mattina mi sono svegliato e ho mangiato un gelato alla crema”*, che avrà significati impliciti diversi a seconda di come viene detta da un punto di vista paralinguistico. A seconda che il gelato alla crema piaccia o non piaccia questa frase verrà detta utilizzando un'intonazione correlata all'emozione di piacere/disgusto/tristezza/delusione. Possiamo porre un **sipario tra noi e il bambino, nascondendo il nostro volto** così da spronarlo a **focalizzare l'attenzione sugli aspetti paralinguistici e indovinare l'emozione** che stiamo sperimentando.

Cosa si può pensare e cosa si può dire



Spesso i nostri bambini possono dire esattamente ciò che hanno in mente senza filtrare il messaggio e senza porsi il problema di poter essere offensivi nei confronti degli altri. Questa problematica richiede un lavoro complesso che faccia riferimento a pensieri ed emozioni, nostri e degli altri. Si può partire da una **distinzione netta tra ciò che si dice e ciò che si pensa, disegnando nuvolette di forma e colore diversi** così da aiutare il bambino nella loro distinzione. Si può spiegare che le opinioni che rendono tristi gli altri vanno “tenute in testa” e non dette, così come le informazioni relative a fatti troppo privati o intimi. Si possono ritagliare dei cartellini scrivendo su ognuno di essi delle frasi e poi ragionare insieme al bambino su dove collocare la frase, se nella colonna di ciò che si può solo pensare o nella colonna di ciò che si può pensare e dire.

Termometro emotivo

Una volta che abbiamo lavorato con i bambini sulle principali emozioni, primarie e secondarie, possiamo lavorare sul definire il livello di intensità di ogni emozione. Anche in questo caso si può partire prima dalla **descrizione di situazioni esterne al bambino**, aiutandolo quindi a individuare nei vari personaggi l'intensità dell'emozione sperimentata e i comportamenti emessi in tali circostanze. Successivamente si può aiutare il bambino a fare tale ragionamento su di sé, aiutandolo a cogliere i comportamenti che lui stesso emette. Si possono inoltre introdurre strategie di autoregolazione alternative e verificare insieme al bambino quelle più efficaci.

Misura e controlla la rabbia

● Leggi e osserva il disegno.
Anna e i suoi compagni non possono lavorare nell'aula di Informatica, oggi, perché ci sono degli operai. Anna si arrabbia molto.

● Questa situazione succede a te: misura la tua rabbia sul termometro. Poi rispondi alle domande.

1) Come capisco che sono arrabbiato?

- Non riesco a stare fermo.
- Alzo il tono della voce e urlo.
- Mordo.
- Do i pugni.
-

2) Che cosa posso fare per tornare calmo?

- Respiro con calma per 5 volte.
- Conto le dita della mano.
- Chiedo all'insegnante di stare da solo.
- Mi siedo per terra e mi calmo.
-

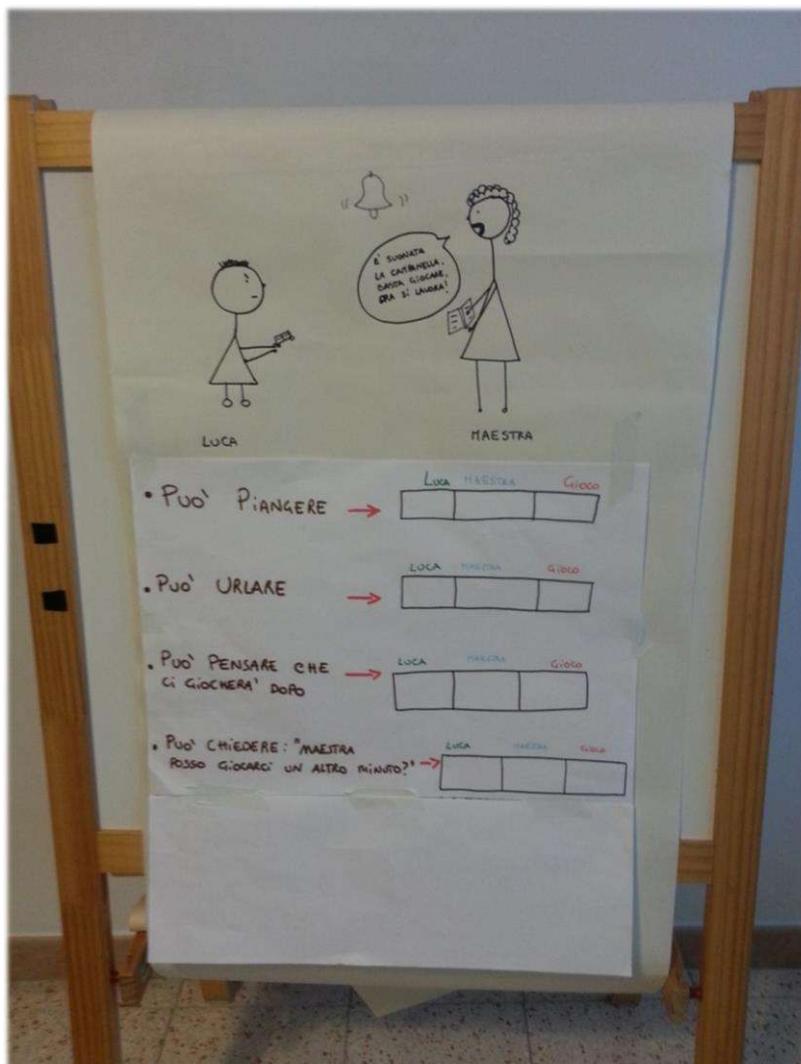
Problem solving interpersonale

Si possono visualizzare i principali contrasti interpersonali aiutando il bambino a trovare più soluzioni al conflitto rappresentato. Il problem solving sociale aiuta a comprendere le conseguenze del proprio comportamento sugli altri e a trovare possibili soluzioni a diverse situazioni sociali critiche. Dopo aver descritto la **situazione critica** si chiede ai bambini **cosa si può fare in tali circostanze**, si elencano le varie soluzioni e poi queste vengono analizzate, rappresentando le conseguenze di ogni comportamento rispetto

- a sé
- all'altro
- all'oggetto.

Nell'esempio riportato la maestra dice

che è il momento di riprendere a lavorare e sottrae i giochi al bambino. Una delle soluzioni può essere che il bambino si mette a piangere e dunque si analizza tale soluzione rispetto a come si sente il bambino, come si sente la maestra quando Luca piange e se tale comportamento permette al bambino di riottenere il suo gioco. Si analizzano in tal modo tutte le soluzioni al conflitto e infine si scelgono insieme al bambino quelle più efficaci sia da un punto di vista relazionale che concreto.



Regolazione comportamentale

Per i nostri bambini può risultare particolarmente faticoso comunicare in modo funzionale, frequentemente possiamo osservare comportamenti inadeguati che spesso sono determinati da una mancata capacità del bambino di comunicare in modo efficace e funzionale. È pertanto di fondamentale importanza ogni volta che assistiamo a comportamenti inadeguati pensare e suggerire



modelli comportamentali alternativi più funzionali, aiutando il bambino a emetterli. “Non urlare” può essere sostituito da “Volume basso”, assicurandoci di aver insegnato in modo esplicito cosa significhi il volume basso/medio/alto. Quando gli interessi ristretti riguardano degli argomenti specifici allora i nostri bambini possono voler parlare per tutto il tempo di ciò che li interessa, e possono fare fatica a proporre altro. Le **regole visualizzate** ci possono aiutare in tal senso, mostrando al bambino chiaramente come comportarsi: ad esempio se si vuole che il bambino non

parli di aerei durante il pranzo si può visualizzare la regola relativa agli argomenti che si possono o che non si possono utilizzare. Spesso possiamo vietare loro di parlare di alcuni argomenti, ma poi non diamo

DURANTE IL PRANZO	
NON PARLO DI	POSSO PARLARE DI
<ul style="list-style-type: none">•→ Aerei•→ Animali	<ul style="list-style-type: none">•→ Cibi preferiti•→ Musica•→ Film da vedere•→

l’alternativa, non diciamo cioè di che cosa si può parlare. Collocando la regola in cucina li aiutiamo a ricordarsi autonomamente della regola e a rispettarla, senza doverglielo ricordare. Allo stesso modo è importante comunicare quando si potrà parlare dell’argomento preferito: gli interessi ristretti non possono essere annullati, né ha senso che chiediamo questo ai nostri bambini. Dobbiamo accogliere i loro bisogni e contemporaneamente regolamentarli. L’agenda ci può aiutare a chiarire i tempi a disposizione ogni giorno per poterne parlare. Lo stesso vale anche rispetto al tempo da dedicare ai giochi preferiti (videogiochi, computer). Adesso che le routine sono saltate può essere utile ribadire i tempi che hanno a disposizione per i giochi: mostrare quando potranno utilizzarli e per quanto tempo può favorire la collaborazione ed una maggiore accettazione del diniego.