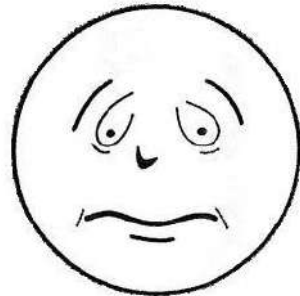
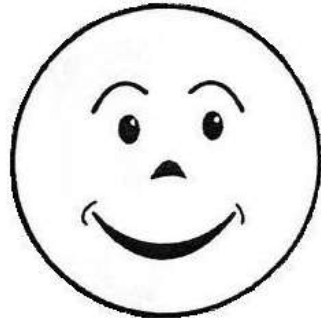
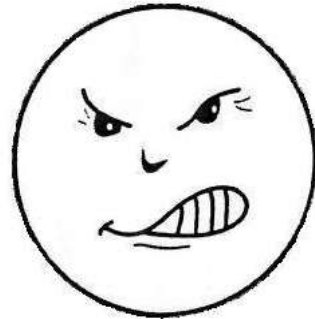


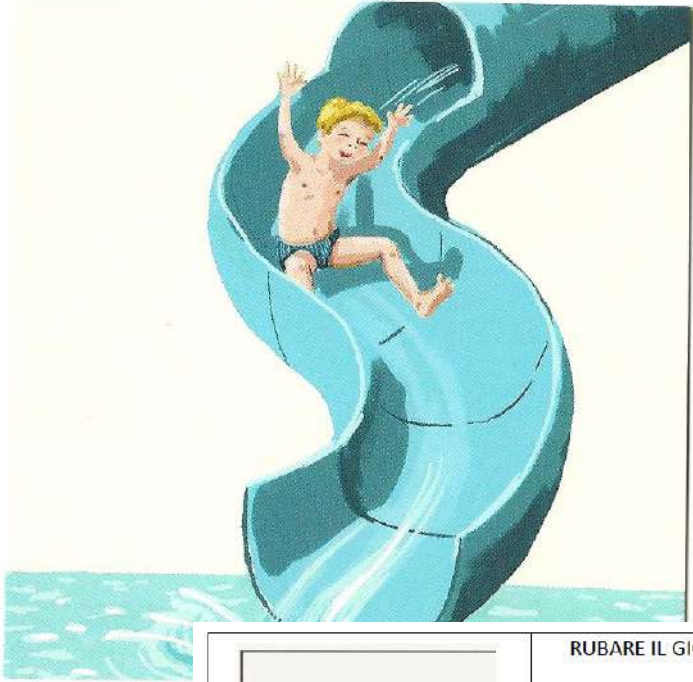
Lavorare sulle emozioni e Metodo SAS

- **Nominare le emozioni**
- **Riconoscere le emozioni su: fotografie – disegni schematici**
- **Associare emozione alla situazione (Causa-Effetto)**
- **Pensare-Dire: verbalizzare le emozioni**
- **Regolazione delle emozioni: riconoscere il livello delle mie emozioni**
- **Problem Solving: trovare una soluzione alternativa positiva**

Nominare e
riconoscere le
emozioni



v. Slide «Come si sente?»



Associare l'emozione alla situazione

	RUBARE IL GIOCO ARRABBIATO
	CARAMELLE FELICE
	GELATO CADUTO TRISTE

Riferite a situazioni esterne, ma ANCHE SU SE STESSI!

Sono felice quando...

Pensare-Dire:
verbalizzare le
emozioni
(Teoria della
Mente)

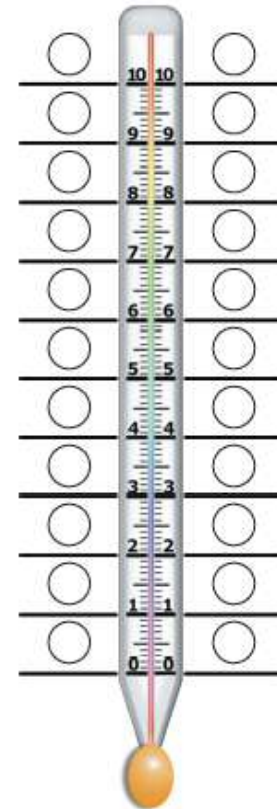
	Storia di partenza (seguito del SAS2)
Storia 1	A pensa « voglio le caramella ». B da la mela. A reagisce. Cosa è successo ? B sa cosa vuole A ? Perché ? Cosa può fare A ? → dire. Se B sa, B da caramelle → A contento perché ha caramella (SAS2A)
Storia 2	A pensa « voglio scivolo ». B propone altalena. A reagisce. Cosa è successo ? B sa cosa vuole A ? Perché ? Cosa può fare A ? → dire. Se B sa, B porta a scivolo → A contento perché va sullo scivolo (SAS2A)



Uso delle marionette

Regolazione delle emozioni

- v. Schede regolazione emozioni
- v. Storie Metodo SAS - Regolazione



Quando mi sento agitato, il mio corpo mi manda dei segnali: se imparo ad ascoltarli e a riconoscerli, posso stare meglio

Dove le sento le emozioni?

Le mie **mani** sudano o fanno prurito o mi viene voglia di batterle contro qualcosa

Le mie **gambe** si agitano e vorrei usarle per tirare calci

Il mio **viso** diventa rosso rosso e accaldato

Il mio **cuore** batte più forte

La mia **pancia** brontola o fa male



Problem Solving

Quaderno Sociale



Anna è stanca.

Che cosa fa?

Si distrae e fa confusione.



Anna potrebbe fare una pausa in silenzio.



Anna ha il mal di denti.

Che cosa fa?

Si agita sulla sedia.



Anna potrebbe rilassarsi sul tappeto tranquilla.

Suggerire e trovare insieme comportamenti alternativi

	Storia di partenza 1 e 2 (seguito del SAS2)
Storia 1A	A VUOLE le caramelle (mettere le caramelle nella nuvoletta) (fare vedere la prima tappa). Vede B che sta mangiando le caramelle. Come farà per avere le caramelle? (fare vedere la tappa 2 del concetto 3). Decide di rubare le caramelle. (fare vedere la tappa 3 del concetto 3). Ruba le caramelle. B piange e chiama la mamma. La mamma è arrabbiata e dice a A di ridare subito le caramelle a B. (fare vedere la tappa 4 del concetto 3). Ha funzionato così? A ha le caramelle? (mettere i concetti 1 e 4 uno accanto agli altri)
Storia 1B	A VUOLE le caramelle (mettere le caramelle nella nuvoletta) (fare vedere la prima tappa). Vede B che sta mangiando le caramelle. Come farà per avere le caramelle? (fare vedere la tappa 2 del concetto 3). Decide chiedere a B delle caramelle. (fare vedere la tappa 3 del concetto 3). B dà le caramelle a A. (A è contento perché ha le caramelle, SAS2A) (fare vedere la tappa 4 del concetto 3). Ha funzionato così? A ha le caramelle? (mettere i concetti 1 e 4 uno accanto agli altri)

STRUMENTI FISICI

Attività fisiche, di energia o di rilassamento



STRUMENTI SOCIALI

Come possono aiutarmi **gli altri**?



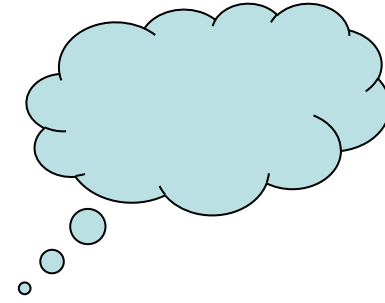
STRUMENTI SPECIALI

I miei hobby, i miei interessi speciali



STRUMENTI DI PENSIERO

Pensieri positivi per far andare via l'ansia



Se voglio stare bene, devo cercare di **RESTARE CALMO** anche se qualcosa mi dà fastidio

Sono capace di controllarmi,
Posso usare gli strumenti che ho imparato

STRUMENTI INAPPROPRIATI

Cose che faccio per far andar via l'ansia,
ma che hanno **conseguenze negative**,
che fanno male



LAVORARE SULLE SFUMATURE

IL CAT KIT (cognitive affective training)

Il CAT KIT è una raccolta di risorse utile a migliorare la conversazione con bambini e giovani su argomenti che riguardano le **EMOZIONI** e il **PENSIERO**.

Offre strumenti agli operatori non specializzati in psicologia per poter usare alcuni principi della CBT (Terapia Cognitivo Comportamentale)

CONVERSAZIONE - gli strumenti si usano durante conversazioni, per questo è una risorsa indicata per bambini con funzionamenti intellettivi nella norma!

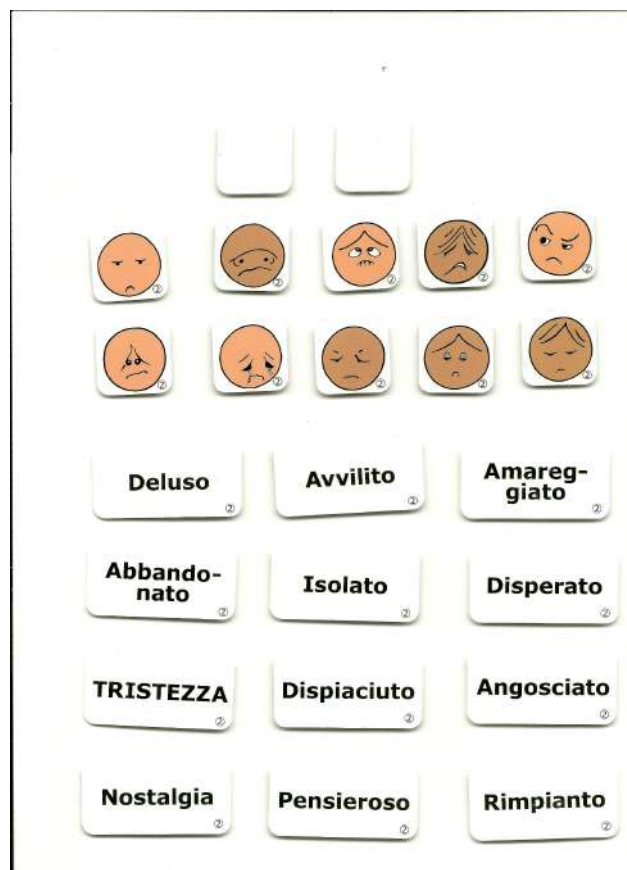
Autori: Tony Attwood, Kirsten Callesen & Annette Møller Nielsen

I traduttori dell'ed. Italiana fanno spesso corsi di formazione specifici

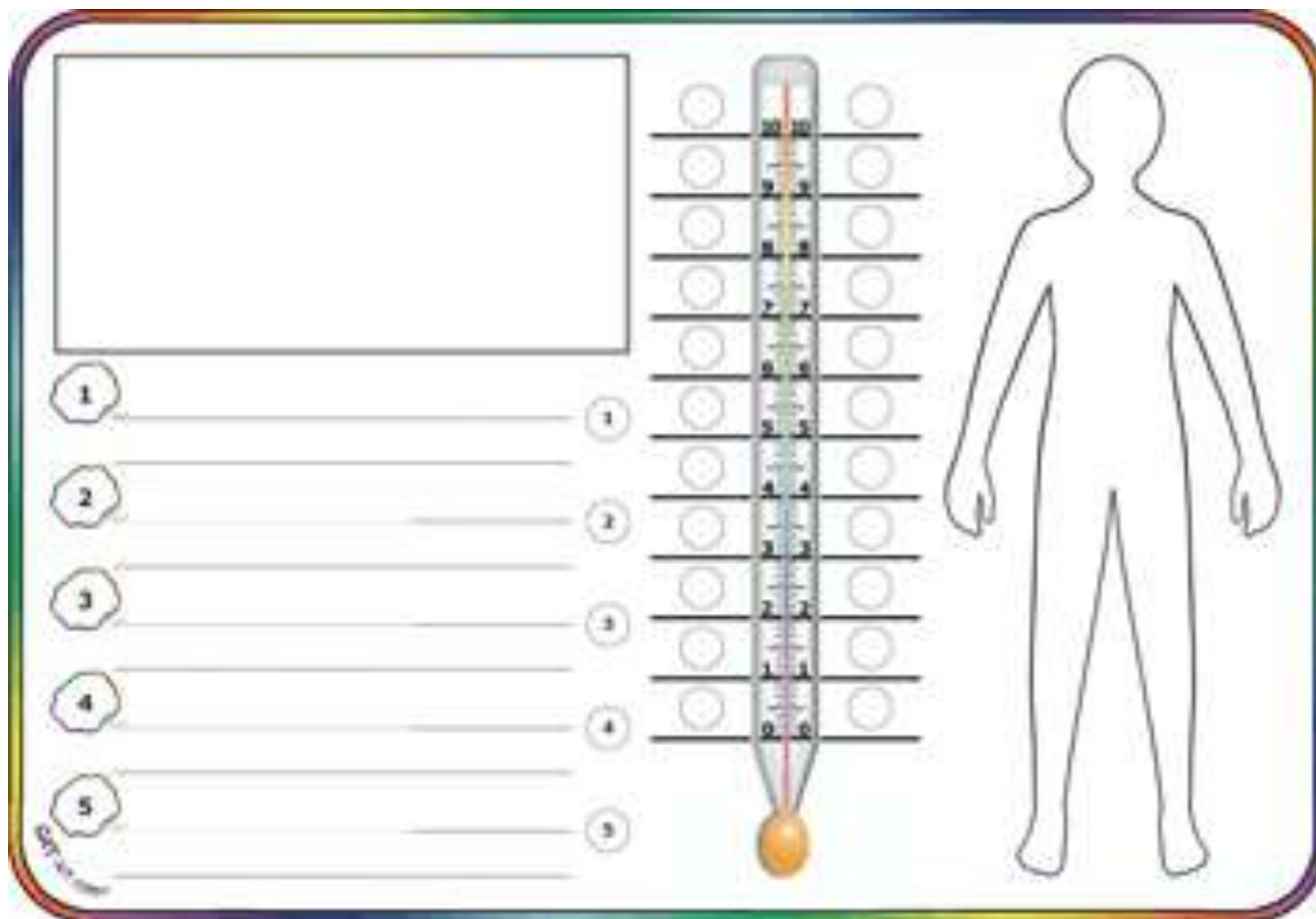
LAVORARE SULLE SFUMATURE IL CAT KIT

- ▶ Aiutare i bambini a sviluppare consapevolezza di come pensieri, sentimenti e azioni interagiscano tra loro
- ▶ Aiutare a condividere tali conoscenze con gli altri
- ▶ Uso flessibile adattabile a contesti e funzionamento
- ▶ Concetti della CBT si possono comunicare in maniera strutturata, visiva e divertente

IL CAT KIT - ALCUNI STRUMENTI LE CATEGORIE DI SENTIMENTI



IL CAT KIT - ALCUNI STRUMENTI SCHEMA DI CONVERSAZIONE



QUALI STRUMENTI (VISIVI)?

ALCUNI ESEMPI

- ❖ Metodo SAS con marionette
- ❖ Strumenti CAT-KIT
- ❖ «script sociali», delle carte in cui vengono riportate le risposte che i ragazzi con autismo possono utilizzare nel corso delle differenti interazioni
- ❖ Strumenti visivi, come "storie sociali" o "strisce di conversazioni comiche", che rendono esplicite le regole non dette e conferiscono significato alle situazioni sociali tramite storie o disegni
- ❖ role-playing, disegni e giochi per insegnare come cambiare prospettiva e per «fare pratica»

STORIE SOCIALI

Una storia sociale è un racconto che può avere diverse funzioni:

- **Regolazione delle emozioni e gestione del comportamento**
- Preparazione ad un evento nuovo o futuro
- Cambiamenti nelle routine
- **Insegnamento di abilità sociali**
- **Spiegazione di dinamiche sociali e relazionali complesse**

Storie sociali: linee guida

Quando scriviamo una storia sociale dobbiamo ricordare sempre di:

- Stabilire un obiettivo chiaro ed individualizzato
- Raccogliere accuratamente le informazioni utili alla stesura della storia (interessi, paure, cose odiate, etc.)
- Scegliere accuratamente il titolo
- Tenere conto del funzionamento cognitivo della persona per cui stiamo scrivendo la storia (tipologie di parole da utilizzare, tipologia di frasi, uso delle immagini)
- Usare un linguaggio positivo e il più possibile concreto
- Fare attenzione all'interpretazione letterale che le persone autistiche possono fare
- Utilizzare uno stile ed un formato motivanti, aggiungendo immagini

ESEMPI DI STORIE SOCIALI

**STORIE SOCIALI
PER SPIEGARE
DINAMICHE
SOCIALI SEMPLICI
O COMPLESSE**

V. STORIE SOCIALI:

- **ASCOLTARE GLI ALTRI**
- **ACCETTARE LA SCONFITTA**
- **COME PRENDO UNA STELLINA?** (spiegare il funzionamento della token economy)
- **COSA PENSO, COSA DICO**

The background features several sets of curved lines in the top-left and bottom-right corners. Each set consists of multiple parallel lines, with the innermost being a solid grey line and the outer ones being dashed grey lines. The main area of the page is white.

STORIE SOCIALI
PER SUGGERIRE
COMPORAMENTI
ADEGUATI
ALTERNATIVI

GIOCO CON GLI AMICI



**Ai ragazzi e alle ragazze piace giocare
insieme agli amici.**



**Quando gioco con i miei
amici mi diverto!**



Per giocare bene insieme, è utile seguire delle regole condivise.



Alcune volte il gioco è facile e mi piace..
Così mi riesce bene e mi diverto!!



Altre volte il gioco è più difficile..
fatico di più e mi annoio un po'!!



MA è importante continuare a giocare
..e finire il gioco tutti insieme!!



Quando gioco, qualche volta posso vincere.



Ai ragazzi e alle ragazze piace vincere e sono felici quando questo succede.



Qualche volta, invece, posso perdere.



Alla maggior parte delle persone non piace  perdere.

Quando perdo posso provare diverse emozioni...



...posso sentirmi triste



...posso sentirmi arrabbiato



**...posso sentirmi incapace o
inferiore agli altri**



MA...

Devo cercare di controllare il mio comportamento

...cercherò di non piangere



**...cercherò di non sbattere i pugni, rovinare i giochi,
urlare, farmi male**



...cercherò di non abbattermi e isolarmi



**Se non controllo il mio comportamento i
miei amici possono star male!!!**



MA ci sono delle cose che possono aiutarci a controllare il mio comportamento e stare meglio

...respiro profondamente e penso che non sta succedendo nulla di grave



...chiedo lo STOP per allontanarmi 2 minuti



...stringo una pallina antistress con la mano



...bevo un bicchiere d'acqua

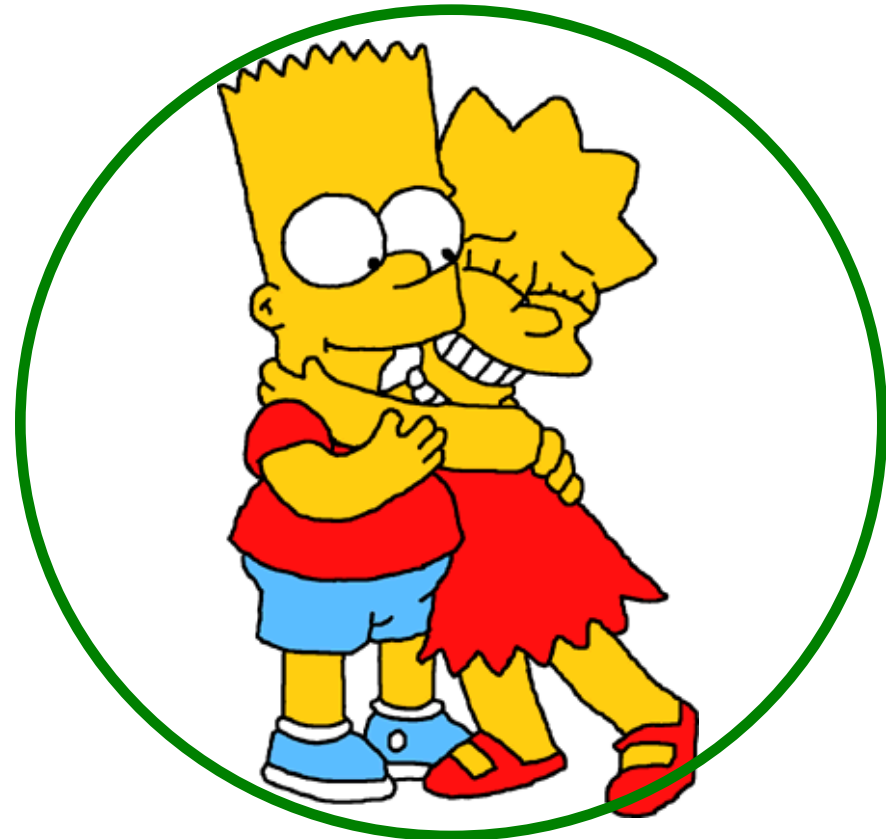


Qualcuno vince e qualcuno perde, ma
siamo tutti amici!

NO



Sì



Cercherò di non prendere in giro il mio amico perché ha perso.

Questo è MOLTO importante per restare amici.

NON DICO

Tu hai perso !!



DICO

La prossima volta magari vinci tu!

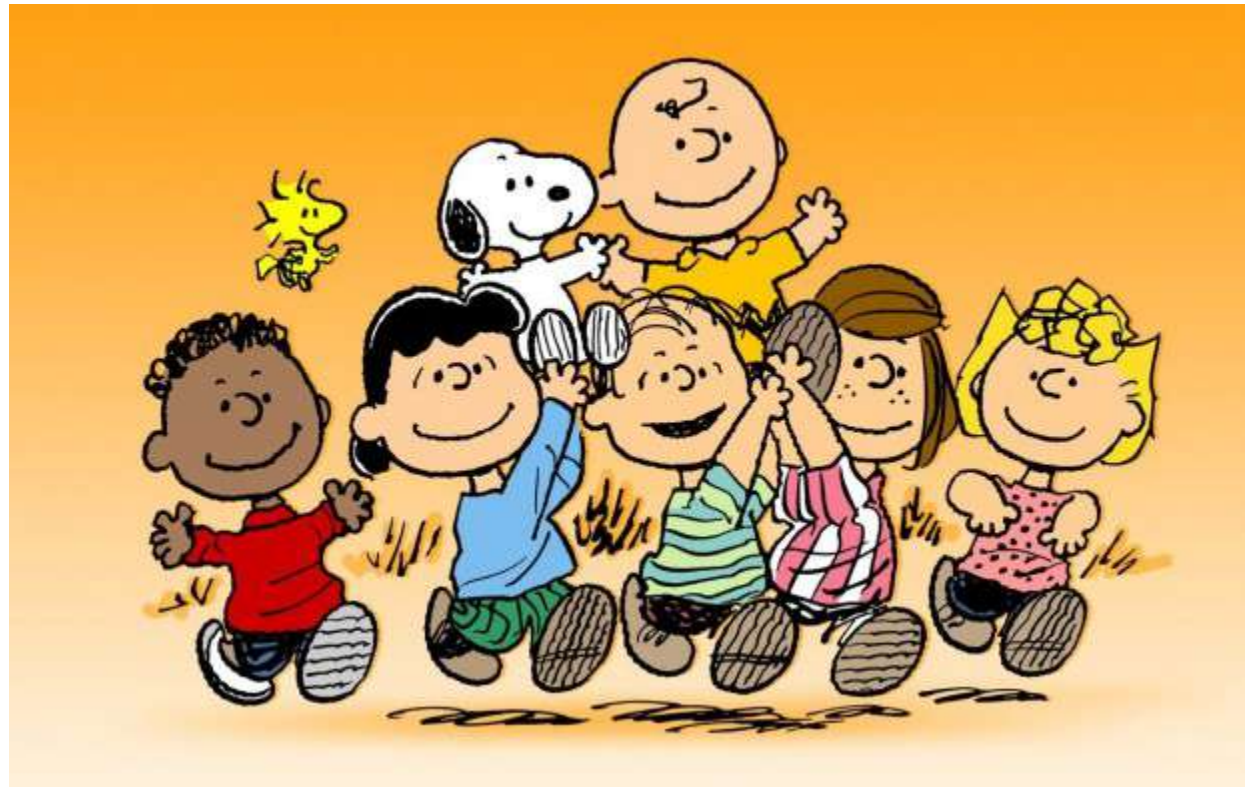


Alla fine della partita, posso stringere la mano ai miei amici per complimentarmi con loro.



Questa è una buona idea

È bello giocare insieme e divertirsi!!!



STORIE SOCIALI
PER LA
REGOLAZIONE
DELLE EMOZIONI

- **V. STORIA SOCIALE RABBIA ALESSIA**



SEQUENZE VISIVE, SCRIPT; TASK ANALYSIS

- Le sequenze visive o gli script sono istruzioni precise su “come fare una cosa”.
- E' importante suddividere il compito in fasi, facendo attenzione a scegliere il livello in base al funzionamento cognitivo e alle caratteristiche del ragazzo.
- Si possono utilizzare per insegnare abilità sociali o per insegnare sequenze relative all'autonomia personale.
- Possono essere preparate con immagini o solo con scritte.

SCRIPT SU FARE ACQUISTI/INVITARE UN AMICO

Fare un acquisto

2 

Chiedere l'oggetto che
si desidera



5 

Decidere se il prezzo
va bene o è troppo caro



1 

Salutare



4 

Chiedere il
prezzo 



7 

Comprare l'oggetto se ci
piace e il prezzo va bene



10 

Ringraziare il commesso,
salutare e uscire



8 

Contare bene i soldi
e pagare il commesso



3 

Attendere che il commesso ci
mostri ciò che ha a disposizione



10 passi
per fare
un acquisto



6 

Se il prezzo è troppo caro chiedere
se c'è qualcosa di simile che costi
meno



9 

Fare attenzione
al resto



Invitare un amico

4 passi per invitare

un amico



- 1) Salutarlo e chiedergli come sta
- 2) Esprimere il desiderio di vedersi
- 3) Scegliere con lui o proporgli:
 - cosa fare (cinema, discoteca)
 - dove (quale cinema? quale discoteca?)
 - quando (in che giorno e a che ora)
- 4) Salutarsi, ripetendosi luogo giorno e ora dell'incontro

Se il tuo amico non può o non vuole fare ciò che hai suggerito, **proponigli un'alternativa!**

ROLE PLAYING – COME CAMBIARE PROSPETTIVA

- Il role playing è una tipologia di intervento che si adatta ad innumerevoli situazioni
- Consiste nel chiedere al ragazzo di mettere in scena una determinata situazione, positiva o negativa ed ha i seguenti obiettivi
 - aumentare la consapevolezza del proprio modo di interagire;
 - facilitare la comprensione di episodi in cui le dinamiche sociali non sono risultate chiare (mettendo in scena episodi realmente accaduti e rielaborandoli)
 - facilitare la comprensione di situazioni sociali nuove
- Molto utile videoriprendere le sessioni di role playing, per poter rivedere se stessi e andare a scoprire quali atteggiamenti sono poco adeguati

Fare acquisti

Nel negozio di abbigliamento

Variante ok

A: "ho proprio bisogno di un maglione nuovo vado subito a comprarlo".

Al negozio

A: "Buongiorno!"

B: "Buongiorno, posso aiutarla?"

A: "Sì, sto cercando una maglia"

B: "Per lei signora?"

A: "Sì"

B: "Ha già idea di come la vuole?"

A: "Sì, ho visto in vetrina un bel maglione rosso"

B: "Certo! vado a prenderlo subito! Che taglia porta?"

A: " una media"

La commessa torna con il maglione..

B: "Ecco qua, vada pure a misurarla, i camerini sono qui a destra"

A: (prova la maglia) " bello, mi piace proprio! Ha un bellissimo colore, è proprio quello che cercavo!"

B: "le sta davvero bene"

A: "Quanto costa?"

B: " 49 euro"

A: " D'accordo, lo prendo!"

A si toglie la maglia, va alla cassa, paga, saluta ed esce.

+ Altre varianti

IN PICCOLO GRUPPO

- **COMPORAMENTI ACCETTABILI/INACCETTABILI**
- **FARE AMICIZIA (REGOLE DEL BUON AMICO)**
- **GLI SCHERZI**

SU COSA POSSO LAVORARE, con gli strumenti riportati?

..LE VOSTRE PROPOSTE!

La scuola come «palestra» per allenare la mente

Proposte di giochi da svolgere in piccolo gruppo volti al potenziamento delle Funzioni Esecutive e, parallelamente, alla socializzazione (rispetto turno, regole, accettazione della sconfitta,..)

