



Silvia Celentano e Alessandro Antonietti

TRAINING METACOGNITIVO PER LA DISABILITÀ INTELLETTIVA

Potenziare la comprensione
e l'autoregolazione nei contesti quotidiani

iMATERIALI

Erickson

Molte azioni quotidiane, come prendere un autobus, orientarsi per strada o prepararsi per un compito, possono rivelarsi difficili per quei bambini e ragazzi con disabilità intellettiva che faticano a comprendere le richieste dell'ambiente esterno, a stabilire l'ordine e le cause degli eventi e ad estendere a situazioni nuove le strategie apprese in un contesto.

Il training qui proposto intende supportare e potenziare la capacità di comprensione attraverso un approccio metacognitivo, che permette di affrontare le esperienze quotidiane con maggiore consapevolezza, autoregolazione emotiva e autonomia. Si compone di 12 «indagini» da risolvere, suddivise in quattro tipologie:

- ordine delle sequenze
- relazione causa-effetto
- indagini predittive
- indagini retrospettive.

Nel manuale per l'operatore, dopo un breve inquadramento teorico, vengono presentate nel dettaglio le modalità di somministrazione, mentre gli allegati contengono 26 tavole a colori, con i testi e le illustrazioni delle indagini. Pensato per essere usato in ambito scolastico, riabilitativo e familiare, il training si rivolge principalmente a ragazzi dai 10 ai 16 anni con disabilità intellettiva lieve o funzionamento intellettivo limite, ma può risultare utile anche per disturbi più severi oppure per bambini che, pur non presentando deficit cognitivi, necessitano di migliorare le proprie strategie metacognitive per far fronte alle piccole e grandi sfide di ogni giorno.



**MANUALE +
TAVOLE ILLUSTRATE
INDIVISIBILI**

INDICE

- 7** Introduzione
- 9** **CAP. 1** Basi teoriche: disabilità intellettiva e metacognizione
- 23** **CAP. 2** Il training «Non perdiamo la testa!»
- 29** Bibliografia
- 31** Guida per l'operatore
- 69** Tabelle di raccolta dati

Introduzione

Fare la spesa al supermercato, portare a spasso il cane, prendere l'autobus, studiare per una verifica, fare il bagno, lavarsi i denti, orientarsi per strada, giocare con gli amici, chiedere qualcosa in prestito, comprare un regalo, prepararsi per un saggio, curare la febbre: queste, come tante altre azioni quotidiane, possono apparire molto semplici per la maggior parte di noi.

Tuttavia esistono alcune persone che compiono notevoli sforzi per affrontare situazioni di tal genere, poiché faticano a comprendere la natura della richiesta proveniente dall'ambiente esterno, oppure le sensazioni e le emozioni che accompagnano le situazioni stesse. Per loro risulta complesso stabilire l'ordine degli eventi, distinguere le cause dalle conseguenze, prevedere ciò che probabilmente accadrà e riflettere sulle azioni già compiute. Alla base di queste difficoltà troviamo quella che viene definita *disabilità intellettiva*, ossia un disturbo caratterizzato da un deficit di funzionamento intellettuale e adattivo, con esordio durante il periodo dello sviluppo.

Il training che viene presentato in questo volume è stato elaborato con l'intento di supportare e potenziare la capacità di comprensione delle situazioni quotidiane attraverso un approccio metacognitivo, ossia invitando a leggere e affrontare gli eventi con consapevolezza e autocontrollo.

Nello specifico, il training si rivolge a soggetti di età compresa fra i 10 e i 16 anni con disabilità intellettiva, con particolare attenzione a quella di grado lieve o al funzionamento intellettuale limite (due condizioni non sufficientemente considerate all'interno del panorama di strumenti operativi esistenti); tuttavia esso può risultare utile anche a persone che non presentano deficit cognitivi ma vogliono migliorare le loro competenze metacognitive relative alla realtà di tutti i giorni, oppure a chi ha disturbi intellettivi di natura più severa e necessita di un maggior sostegno nell'apprendere come programmare le azioni quotidiane.

Poiché l'ambiente ci propone di continuo una serie di compiti ed eventi vari ed eterogenei, non sarebbe possibile in questa sede prenderli tutti in considerazione; perciò abbiamo scelto di soffermarci su alcuni aspetti specifici, comuni a differenti situazioni. Infatti ci capita spesso di dover:

- ordinare gli eventi in maniera sensata;
- scoprire l'evento che lega una causa a un effetto;
- comprendere una situazione dal punto di vista dell'altro;
- trovare la soluzione a un problema;
- analizzare gli antecedenti di un problema;
- scegliere la soluzione più adatta fra una abituale e una insolita.

Sono queste le situazioni prese in esame nel training qui proposto.

Il volume è stato strutturato di modo da offrire al lettore:

- una *parte teorica*, volta a esporre i principali riferimenti alla letteratura esistente riguardo ai temi della disabilità intellettiva e della metacognizione;
- una *guida per l'operatore*, finalizzata a spiegare alla figura adulta che andrà ad applicarlo le modalità di presentazione del training;
- le *tabelle di raccolta dati*, predisposte per riportare le risposte fornite dal soggetto e per effettuare la valutazione finale relativa alle abilità su cui verte ciascuna scheda.

In allegato sono presenti *26 tavole a colori*, con testo e illustrazioni, da mostrare al soggetto durante l'applicazione del training.

Le situazioni sono proposte come indagini da risolvere con l'aiuto di un simpatico «detective», pronto a intervenire con domande che facilitano il ragionamento metacognitivo.

L'obiettivo del training è quello di stimolare lo sviluppo di abilità metacognitive di base e avanzate coinvolte nella comprensione della realtà. Confidiamo infatti che l'allenamento costante delle capacità qui considerate consenta di far fronte alle sfide della vita quotidiana con maggiore:

- *consapevolezza* degli eventi esterni;
- *autoregolazione* degli stati mentali interni;
- *autonomia* di pensiero e di azione.

L'auspicio è che questo strumento — grazie al suo semplice, concreto e versatile utilizzo — contribuisca a stimolare uno spirito di curiosità e di intraprendenza nelle persone con disabilità intellettiva e in chi è interessato a «indagare» la realtà in maniera metacognitiva.

Il training «Non perdiamo la testa!»

Caratteristiche generali

Il training qui proposto è volto a stimolare, innanzitutto, la comprensione e la riflessione metacognitiva sulle proprie e altrui modalità di pensiero e di azione in situazioni realistiche e quotidiane.

Il secondo obiettivo, derivante dal primo e più generale, riguarda il promuovere un più efficace funzionamento cognitivo ed emotivo assieme allo sviluppo dell'autonomia personale in svariati ambiti di vita.

I destinatari del training possono variare: è stato realizzato ad hoc per soggetti con disabilità intellettiva lieve e con funzionamento intellettivo limite dai 10 ai 16 anni; tuttavia è possibile sperimentarne l'utilizzo anche con soggetti normodotati di età cronologica inferiore (6-10 anni) o con soggetti affetti da disabilità intellettiva medio-grave di età cronologica superiore (dai 16 anni in poi).

Il training può essere somministrato da una figura educativa adulta (professionista in ambito riabilitativo, psicologo, educatore, insegnante, genitore), la quale, oltre a leggere le parti testuali insieme al soggetto, deve registrare le sue risposte e dare una valutazione finale di ogni singola prova.

L'adulto deve essere in grado di facilitare e guidare la comprensione del soggetto; tuttavia le risposte alle domande sono sempre di tipo individuale (l'operatore deve intervenire aiutando a rispondere solo su richiesta del soggetto, nel caso si trovi in difficoltà nella risoluzione delle indagini).

Il training è concepito per un ambito di applicazione scolastico, riabilitativo o domestico. Può essere sviluppato in 12 sedute (nella sua forma completa) da 30 minuti l'una circa. Tuttavia è possibile anche somministrare solo determinate parti sulla base delle esigenze e dei tempi del soggetto. In ogni seduta si propone un episodio narrativo chiamato «indagine».

Struttura

Per quanto concerne la struttura dello strumento, gli esempi di training citati nel capitolo 1 si sono rivelati degli utili spunti di riflessione da cui partire sia riguardo alla forma sia riguardo al contenuto dei compiti proposti.

In particolare si è preferito optare per la realizzazione di attività distinte ma tutte calate dentro la medesima cornice narrativa.

Il training è costituito da:

- guida per l'operatore:
 - una storia introduttiva;
 - le 12 indagini dal punto di vista dell'operatore (modalità di somministrazione, consegne e domande metacognitive da leggere al bambino/ragazzo);
- tabelle di raccolta dati (le risposte in itinere e le valutazioni al termine);
- allegati a colori per il bambino/ragazzo (26 tavole):
 - un'immagine dei protagonisti;
 - un'immagine del Detective da mostrare quando si pongono le domande metacognitive;
 - 24 tavole delle indagini.

Le 12 prove del training consistono in compiti metacognitivi proposti sotto forma di «indagini» da risolvere.

Esse presentano le seguenti caratteristiche.

1. Vengono utilizzate le modalità verbale e visiva (testi e disegni realistici) per la comprensione di script, abituali o insoliti, riguardanti ambienti della quotidianità.
2. Le indagini sono caratterizzate da un background comune, ossia una storia incentrata sulle vicende dei due protagonisti (un fratello e una sorella un po' sbadati e pasticcioni) che spesso hanno come tema la perdita, intesa sia in senso reale, sia figurato, ad esempio perdita della memoria, perdita della concentrazione, perdita della pazienza. Da qui il nome del training «Non perdiamo la testa!». Questo senso di perdita può ben rappresentare le situazioni di difficoltà che vivono le persone con deficit intellettivo (sensazione di non essere in grado di riuscire in un compito, aspettativa di fallimento e profezia che si auto-avvera). I due fratelli sono accompagnati dal Detective, un personaggio che, ponendo domande di comprensione rispetto alle varie situazioni proposte, funge da aiutante e personifica il tema della riflessione metacognitiva, ossia la soluzione al senso di perdita. I personaggi di Andrea e Anna, fratello e sorella, sono stati concepiti in modo tale da non risultare né figure completamente positive e idealmente tendenti alla perfezione, né figure eccessivamente limitate e inabili: ciò affinché sia favorita un'identificazione del soggetto il più possibile realistica ma comunque non svalutante. L'idea di proporre le attività in forma di «indagine», benché non si tratti di veri e propri casi da risolvere, e la presenza stessa del Detective hanno la funzione di mantenere alto il livello motivazionale e di conferire un aspetto maggiormente ludico al training.
3. Le prove sono ripartite in 4 tipologie (sulla base del contenuto) composte da 3 indagini ciascuna (ordinate da quella più facile a quella più difficile). Le tipologie sono le seguenti:
 - schede dell'*ordine della sequenza*, che indagano se il soggetto è in grado di ordinare dal punto di vista spazio-temporale gli eventi presentati;
 - schede della *relazione causa-effetto*, che mostrano se il soggetto riesce a individuare l'anello mancante all'interno di una catena di eventi;
 - schede *predittive*, che analizzano quanto il soggetto, durante la risoluzione di un problema, è in grado di riflettere sulle conseguenze di determinate azioni;
 - schede *retrospettive*, che mettono in risalto il grado di riflessione sugli antecedenti.

Le prime due tipologie di schede si concludono con delle domande di *teoria della mente* attraverso le quali il soggetto invita un suo compagno a svolgere

gli stessi compiti che lui ha eseguito. In questo modo si osserva se è in grado di comprendere se il compagno è riuscito a individuare la soluzione, oppure a verbalizzarla adeguatamente al compagno stesso nel caso in cui non sia stata identificata. Le ultime due tipologie di schede terminano con la riflessione su possibili *soluzioni ambigue* (risposte insolite e imprevedute ma dotate di senso), o *soluzioni ordinarie* (risposte più quotidiane e prevedibili) e su quali siano più efficaci a seconda delle situazioni. All'interno di ciascuna scheda sono presenti delle domande metacognitive che facilitano la comprensione e la riflessione. Le domande vengono poste dal personaggio del Detective, che capovolge la rappresentazione della mente da deficit a risorsa (in quanto spinge i soggetti a credere che la propria mente sia caratterizzata non solo da mancanze, ma anche da potenzialità inesprese) e aiuta a ritrovare «le cose perdute» delle varie indagini, stimolando comunque una *riflessione autonoma*.

4. Le schede visionabili dall'adulto (proposte nella sezione *Guida per l'operatore*) sono separate da quelle dirette al soggetto (le tavole in allegato). Nella guida è presente la consegna del compito (con istruzioni e indicazioni precise sulle modalità di somministrazione), le immagini delle storie (in versione ridotta) e le domande metacognitive o le soluzioni che l'adulto deve leggere al bambino. In particolare, nel caso delle domande è necessario scegliere in precedenza (sulla base delle capacità del bambino/ragazzo) tre dei cinque quesiti, per non rendere eccessivo il carico cognitivo del soggetto. Le 26 tavole in allegato contengono invece le situazioni, in parole e immagini, che l'adulto mostra al soggetto e che il soggetto può riordinare, spostare, mostrare al compagno, in base a quanto richiesto dall'attività.
5. La lettura della storia iniziale e lo svolgimento delle indagini-prove vengono svolti con il supporto dell'adulto, il quale deve guidare la lettura e registrare le risposte nelle apposite tabelle di raccolta dati. È importante che l'operatore non si sostituisca al soggetto, ma lo lasci rispondere autonomamente e lo aiuti nella risoluzione delle indagini solo su richiesta del soggetto stesso.
6. Le prove incoraggiano il soggetto a riflettere su aspetti interni alle situazioni che vengono presentate, ad esempio il grado di:
 - piacere/fatica
 - facilità/difficoltà
 - utilità/inutilità
 - autonomia/dipendenza
 - capacità/incapacità di riconoscere un'emozione
 - percezione di spazio-tempo
 - efficacia/inefficacia di una soluzione
 - creatività/familiarità di uno stimolo
 - facilità di ricordo/oblio di un'informazione
 - senso di giustizia/ingiustizia morale
 - uso appropriato/inappropriato di oggetti o regole sociali.
7. Vengono presentati ambienti e situazioni raffiguranti *scene di vita quotidiana in luoghi familiari al soggetto*: fare la spesa, prendere l'autobus, studiare e fare i compiti, scegliere un regalo, portare a passeggio il cane, giocare a calcio, ballare, fare il bagno, leggere un libro, curarsi quando si è malati, andare a scuola, cenare e lavarsi i denti, ecc. Esse inoltre includono azioni autonome e non (azioni con il supporto dei genitori, dei nonni, degli amici, ecc.).

TABELLA 2.1
Contenuto, obiettivi e descrizione delle situazioni delle 12 indagini

Prova/ indagine	Tipologia di contenuto	Obiettivi/funzioni delle situazioni	Descrizione delle situazioni
1 Al super- mercato	Ordine della sequenza	Comprendere qual è l'ordine corretto delle azioni implicanti il fare la spesa e comprendere se anche un altro soggetto lo ha capito	Andrea e la mamma vanno a fare la spesa
2 A spasso con Jack	Ordine della sequenza	Comprendere quale grado di attenzione implica il prendersi cura di un animale domestico nel modo corretto	Anna e il nonno portano a spasso il cane
3 Prima e dopo cena	Ordine della sequenza	Comprendere l'ordine in cui si compiono azioni quotidiane interdipendenti fra loro come fare i compiti, cenare e lavarsi i denti	Andrea finisce i compiti, cena e si lava i denti
4 Sull'auto- bus	Relazione causa-effetto	Comprendere quali sono gli eventi che precedono e quelli che succedono all'azione di prendere l'autobus senza biglietto	Anna aspetta l'autobus per andare a trovare una sua amica
5 La partita di calcio	Relazione causa-effetto	Comprendere quali sono le variabili che intervengono fra l'attuazione di un comportamento generatore di benessere e la sua improvvisa interruzione	Andrea gioca a calcio con i suoi compagni di scuola
6 Il saggio di danza	Relazione causa-effetto	Comprendere quanto l'impegno e il controllo dell'ansia possono essere determinanti per la riuscita di una prova importante come un saggio di danza	Anna partecipa a un saggio di danza
7 Pomeriggio di studio	Indagine predittiva	Comprendere come studiare nel rispetto delle esigenze proprie e altrui prevedendo le azioni da compiere	Anna sta studiando mentre il fratello suona il pianoforte
8 Andrea e il bagno	Indagine predittiva	Comprendere come memorizzare preventivamente i vari passaggi dell'azione di fare il bagno in autonomia	Andrea deve fare il bagno
9 Anna è ammalata	Indagine predittiva	Comprensione predittiva di quali sono le azioni più efficaci per trovare la forza di finire i compiti quando si è malati	Anna deve fare i compiti avendo la febbre
10 Il regalo di comple- anno	Indagine retrospettiva	Comprendere come mediare fra i propri e gli altrui desideri mentre si fa un regalo rievocando le azioni svolte	Andrea sceglie un regalo per il compleanno di un suo amico
11 Il libro di storie	Indagine retrospettiva	Comprendere retrospettivamente cosa si sarebbe potuto evitare nel momento in cui si desidera usare un oggetto importante per un'altra persona	Anna chiede un libro in prestito al fratello
12 La strada verso scuola	Indagine retrospettiva	Comprendere retrospettivamente cosa si può fare per arrivare più velocemente a scuola dovendo compiere un percorso alternativo a quello abituale	Andrea deve andare a scuola con la metro

INDAGINE 2 – A spasso con Jack

2A Qual è l'ordine corretto?

«Ora ti verranno mostrate 3 immagini. Osservale attentamente. Qualcuno ha perso l'ordine corretto delle scene. Ritrovalo tu!»

Disporre le tavole della storia 2 ordinate nella sequenza 2-3-1, come di seguito. Invitare il bambino/ragazzo a metterle nell'ordine corretto e registrare la risposta nella tabella di raccolta dati.



2

ANNA E IL NONNO PORTANO A SPASSO
IL LORO CANE JACK SOTTO LA PIOGGIA.



3

ANNA AIUTA IL NONNO AD ASCIUGARE IL CANE.



ANNA E IL NONNO METTONO IL GUINZAGLIO A JACK.

2B Domande metacognitive

Mostrare al bambino/ragazzo l'immagine del Detective.

«Adesso il tuo amico Detective ti farà delle domande per aiutarti a risolvere l'indagine.»

Scegliere 3 domande da porre al bambino/ragazzo. Inserire le risposte nella tabella di raccolta dati.

- È noioso portare a spasso un cane sotto la pioggia?
- È importante prendersi cura dei propri animali domestici?
- Che cosa bisogna fare prima di uscire per portare a spasso un cane?
- Perché Anna aiuta il nonno ad asciugare Jack?
- In casa un cane deve stare al guinzaglio?

2C Dopo le domande, l'ordine cambia?

«Ora che il tuo amico Detective ti ha aiutato a pensare, secondo te qual è l'ordine corretto delle scene?»

Inserire la risposta nella tabella di raccolta dati.

2D Soluzione dell'indagine

«Ecco l'ordine corretto delle scene!»

Mostrare l'ordine corretto al bambino/ragazzo.



ANDREA E LA MAMMA VANNO A FARE LA SPESA.



ANDREA E LA MAMMA PAGANO ALLA CASSA.