

**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale di Imola
DSM-DP UOC NPIA
Programma Autismo – Centro Autismo

Organizzazione della giornata:

Le attività strutturate e il tempo libero

LE ATTIVITA' STRUTTURATE: prevedibilità e informazioni visivamente esplicite

Le agende visive (o calendario visivo giornaliero) costituiscono uno degli strumenti più efficaci per aiutare i bimbi a comprendere meglio come si scandisce il tempo e forniscono informazioni sulle attività quotidiane e su quelle straordinarie. Questa possibilità di “prevedere” il susseguirsi delle attività nell'immediato futuro attenua l'agitazione e migliora le possibilità di interazione, di apprendimento e di comunicazione, oltre a incidere positivamente sui comportamenti problematici.

Sia che i bimbi parlino o meno, l'agenda visiva giornaliera, non solo contribuisce ad evitare frustrazioni e confusioni, ma li aiuta anche a gestire meglio la quotidianità.

Per questo motivo è molto importante per i bimbi, soprattutto se con diagnosi di Disturbo dello Spettro Autistico, avere e mantenere una routine giornaliera e della quotidianità.

Passaggi da seguire per la COSTRUZIONE DI UN'AGENDA VISIVA:

- 1 individuare i momenti più importanti della giornata
- 2 decidere quante informazioni dare al bambino
- 3 decidere come rappresentare le attività (ad esempio immagini, parole scritte, simboli o oggetti 3D)
- 4 se possibile, costruire l'agenda insieme al bambino

Semplici regole per un'agenda visiva funzionale:

- deve essere semplice e chiara e riportare solo l'informazione saliente;
- deve essere posizionata in un luogo ben visibile e raggiungibile dal soggetto, consultabile al bisogno;
- i simboli utilizzati (parole o immagini) devono essere immediatamente comprensibili, privi di ambiguità e dotati di un significato univoco.

UTILIZZO DELL'AGENDA VISIVA:

Il genitore ogni mattina provvede a inserire nell'agenda visiva (o calendario visivo giornaliero) le attività della giornata.

L'agenda visiva (o calendario visivo giornaliero) è organizzato in verticale: le attività vanno inserite in ordine temporale dall'alto verso il basso.

Il bambino si reca di fronte all'agenda al mattino per sapere "cosa devo fare oggi?":

la tessera più in alto corrisponde alla prima attività, dopo averla svolta il bambino torna di fronte all'agenda per "scroprire" l'attività successiva e si procede via via in questo modo fino al termine del calendario, corrispondente al termine della giornata.

All'inizio può essere necessaria la guida fisica dell'adulto che richiami l'attenzione sull'ausilio visivo indicandolo.

Successivamente, si potrà procedere con una riduzione graduale della guida dell'adulto fino ad arrivare all'utilizzo dell'agenda visiva (o calendario visivo giornaliero) in completa autonomia da parte del bambino. Alcuni esempi di agenda visiva:



AGENDE VISIVE PER SINGOLI MOMENTI DELLA GIORNATA

Se si incontrano difficoltà in specifici momenti della giornata è possibile utilizzare una mini scheda/agenda per dare informazioni su ciò che accadrà nell'arco di tempo di quella situazione.

Questa agenda dovrà essere posizionata nel luogo dove avverrà l'attività.

ESEMPIO: momento della sveglia al mattino, da posizionare in cameretta.

AL MATTINO...

	VADO IN BAGNO
	MI LAVO LE MANINE
	FACCIO COLAZIONE
	MI LAVO
	MI VESTO
	MI METTO LE SCARPE (...MA ANCHE SCARPA, BERRETTO, GUANTI E GIACCA)

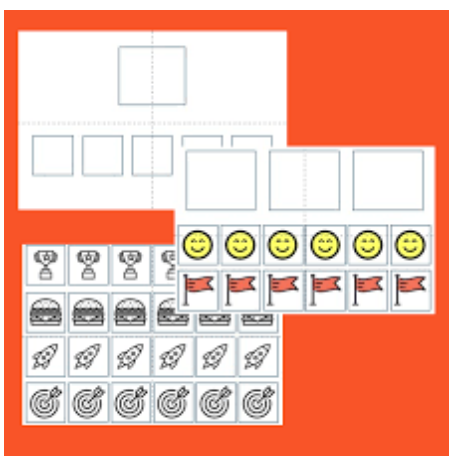
IMPORTANZA DELLA MOTIVAZIONE: la Token Economy

È importante comunicare al bambino che ha svolto un'attività in modo corretto oppure che si è comportato bene in modo da gratificarlo.

Se le parole possono confonderlo oppure non lo motiva un semplice incoraggiamento verbale, si può ricorrere alla Token economy.



















Consiste in una forma di "contratto educativo", tramite il quale l'adulto ad ogni comportamento corretto del bambino, consegna un gettone (stellina, smiley ecc).

Al raggiungimento di un certo numero di gettoni il bambino avrà accesso ad un 'rinforzo', il premio scelto.



Dare la possibilità ai bambini di scegliere i propri rinforzi:

LA TABELLA DELLE SCELTE

GIOCHI			CIBO		
palla 	bolle 	lego 	pane 	biscotto 	crackers 
pupazzetti 	chiodini 	puzzle 	succo 	torta 	caramella 
Macchina 	animali di pezza 	macchinine 	yogurt 	Coca-Cola 	Fanta 

LA GESTIONE DEL TEMPO LIBERO

Il tempo libero può essere un momento che il bambino con diagnosi di Disturbo dello Spettro Autistico fatica a gestire, intraprendendo una serie di stereotipie e talvolta andando in comportamento problema.

Per questo motivo si consiglia di attivare una gestione del tempo libero che comprenda proposte specifiche di attività che siano per il bambino:

- MOTIVANTI;
- PIACEVOLI;
- FACILI;
- CONOSCIUTE.

I momenti del tempo libero possono essere inseriti all'interno della routine giornaliera, anche con l'utilizzo di supporti visivi.

Alcuni esempi di attività da proporre nel tempo libero: bolle di sapone, tablet, video, cartoni animati, musica e uso del computer, e TUTTO QUELLO CHE PIACE AL BAMBINO (ad es: colorare, giardinaggio,).