



PREMESSA

Di seguito verrà descritto un training rivolto ai ragazzi o bambini, per insegnare loro attraverso la tecnica della desensibilizzazione a tollerare la mascherina sugli altri e ad indossarla su di sé.
Si tratta di una tecnica da utilizzare per chi mostra intolleranza verso la mascherina.

Ricordiamo che tutte le procedure vanno individualizzate e non devono essere applicate senza consultare il proprio referente clinico o supervisore Coress.

TRAINING PER TOLLERARE LA MASCHERINA SUGLI ALTRI

1 step: far toccare e veder la mascherina al bambino/ragazzo in modo che inizi a prendere confidenza (mostrarla, tenerla vicina durante attività)

2 Step: appoggiare la mascherina sul proprio viso di fronte bambino/ragazzo, assicurandoci che ci guardi per 1 secondo, rinforzare

3 Step: proseguire con l'aumento graduale di tempo in cui si appoggia la mascherina sul proprio viso (fino a 10 secondi) basandosi sulle reazioni precedenti del bambino/ragazzo (se tollera le esposizioni precedenti) e rinforzare

4 Step: mettere la mascherina al proprio viso (non solo appoggiarla) mentre il bambino/ragazzo svolge un'attività preferita, partendo da 10 secondi fino ad arrivare a 5 minuti, rinforzare

5 Step: proseguire la procedura fino a che il bambino/ragazzo riesce a tollerare la mascherina nell'altro senza problemi

6 Step: generalizzare tale comportamento agli altri membri della casa.



TRAINING PER INDOSSARE LA MASCHERINA CON ELASTICI

1) Avvicinare la mascherina al volto del bambino/ragazzo per un secondo, allontanarla, rinforzare

2) Proseguire aumentando i secondi in modo graduale (1 sec, 2 sec, ecc.), fino a quando viene acquisito il comportamento target, ovvero tenere la mascherina appoggiata sul volto per 5 secondi



- 3) Avvicinare la mascherina al volto del bambino/ragazzo per poi mettere l'elastico sinistro all'orecchio sinistro per 1 secondo, rinforzare
- 4) Proseguire aumentando i secondi in modo graduale (1 sec, 2 sec, ecc.) fino a quando la mascherina viene indossata con l'elastico sinistro per 5 secondi, rinforzare
- 5) Avvicinare la mascherina al volto del bambino/ragazzo con l'elastico sinistro e destro, quest'ultimo per 1 secondo (lasciando libero il viso), rinforzare
- 6) Proseguire aumentando i secondi in modo graduale (1 sec, 2 sec, ecc.) fino a quando la mascherina viene indossata con entrambi gli elastici per 5 secondi, rinforzare
- 7) Indossare la mascherina al volto del bambino/ragazzo con entrambi gli elastici e alzare la mascherina sulla bocca per un secondo (lasciando libero il naso), rinforzare
- 8) Proseguire aumentando i secondi in modo graduale (1 sec, 2 sec, ecc.) fino a quando la mascherina viene indossata con entrambi gli elastici e sulla bocca per 5 secondi, rinforzare
- 9) Indossare la mascherina al volto del bambino/ragazzo con entrambi gli elastici e alzare la mascherina sulla bocca e sul naso (quest'ultimo per 1 secondo), rinforzare
- 10) Proseguire aumentando i secondi in modo graduale (1 sec, 2 sec, ecc.) fino a quando la mascherina viene indossata senza problemi per un tempo sufficiente considerato necessario per le uscite.

Di seguito sono riportati alcuni video d'esempio riguardanti procedure simili, per aiutare a comprendere l'utilizzo della *tecnica di desensibilizzazione*.

- Indossare la mascherina:
<https://www.facebook.com/105016411147420/videos/682195018989318/>
- Indossare i guanti:
<https://www.facebook.com/105016411147420/videos/560210981281499/>

Ora siete pronti!