

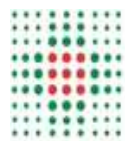
SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia



***SUGGERIMENTI PER FAVORIRE, SVILUPPARE E
MANTENERE LA
CONCENTRAZIONE E L'AUTOREGOLAZIONE***



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia

...In tempo di COVID-19...



In questo periodo in cui le routines giornaliere e settimanali sono molto cambiate è
necessario **ORGANIZZARE** e **STRUTTURARE** il **TEMPO**
in modo **NUOVO**

...DECIDIAMO INSIEME...

- **L'orario** in cui ci **sveglia**
- **La routine della mattina:**
 - Colazione
 - Igiene personale
 - Riordino della casa (es. camera)
 - Il tempo dedicato ai compiti con le relative pause
- Il **tempo libero** per il bambino/ragazzo e per noi stessi, dedicato alle attività personali e ai giochi
- il **tempo della condivisione**, dedicato ad attività e a giochi della famiglia
- il **tempo dei pasti**, dove ciascuno ha un proprio ruolo (es. chi cucina, apparecchia, sparecchia...)
- la **routine della sera** (film, giochi di società, letture, routine dell'addormentamento)





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia

...può essere molto utile fornire un idoneo supporto visivo creando una

AGENDA GIORNALIERA



In cui si può scrivere/rappresentare con immagini **COSA** si farà e **QUANDO** nell'arco della giornata. In seguito, si metterà o farà una croce (X, ICS) per indicare che l'attività è stata svolta.

E' molto importante sorreggere la **MOTIVAZIONE**



Per favorire, sostenere e sviluppare la motivazione del bambino/ragazzo può essere utile:

- adoperare un **SISTEMA A PUNTI** (TOKEN ECONOMY)
- dare tempo e spazio alla **AUTOVALUTAZIONE** su una determinata attività e/o comportamento
- rendere partecipe dell'attività anche il **PERSONAGGIO PREFERITO** (pupazzo, personaggio cartoni...) e/o creare un nuovo personaggio che li accompagna e condivide con loro i vari momenti della giornata



TOKEN ECONOMY

In questa tecnica si utilizza un **rinforzatore simbolico** (token: es. una stellina, uno smile) che viene dato dopo la risposta corretta.

Dopo un certo numero prestabilito di rinforzatori il bambino/ragazzo potrà avere un **rinforzatore tangibile** (es. gioco preferito).

In questo modo si costruisce la **motivazione interna** e il piacere per il bambino/ragazzo di riuscire ad ottenere qualcosa nel tempo.

Può essere utile conservare, riporre i gettoni in un **contenitore trasparente**, così il bambino/ragazzo può tenere in osservazione il suo percorso

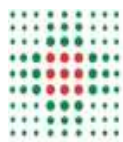




Fasi della **TOKEN ECONOMY**

- 1. Definire il comportamento** che riceverà il token o i comportamenti che verranno sanzionati attraverso la rimozione del token
- 2. Identificare il rinforzatore (il premio)** con cui verranno scambiati i token; importante coinvolgere il bambino/ragazzo in questa scelta
- 3. Stabilire il numero di token** necessari per raggiungere il rinforzatore (es. 7 a fine settimana)
- 4. Stabilire il momento dello scambio** e la modalità di distribuzione (es. alla sera)





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



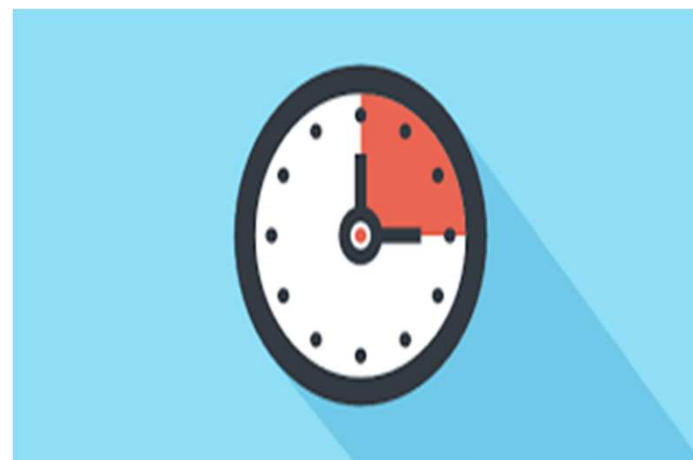
Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia

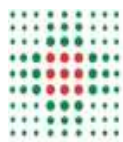
Uso della **TECNOLOGIA...**



L'uso del pc, tablet, telefono, dovrebbe essere finalizzato principalmente alle **attività didattiche**

Se e quando questi strumenti sono utilizzati nel
tempo ricreativo e/o di riposo
deve essere fatto con **tempo ridotto e**
regole chiare e definite





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia



Tempo per i

COMPITI



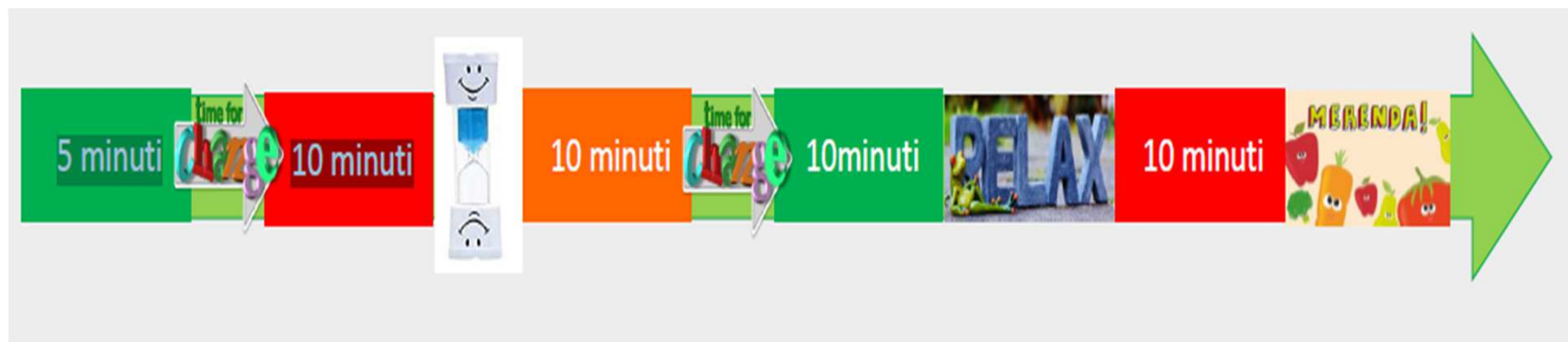
I compiti sarebbe meglio svolgerli al mattino, al posto della scuola e poi, eventualmente, in base all'età e alle richieste scolastiche anche il pomeriggio.

Per favorire lo svolgimento dei compiti è opportuno strutturare:

1. GESTIONE DEL TEMPO

Costruire un'agenda in cui è definito:

- Il tempo totale dedicato ai compiti;
- Il tempo dedicato ad ogni singolo compito;
- Le pause tra un compito e l'altro





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia

CLESSIDRA O TIMER

Per sostenere la **durata** delle attività sia dei **compiti** sia del **tempo libero** può essere utile utilizzare una **clessidra** o un **timer**



2. CREARE L'AMBIENTE GIUSTO

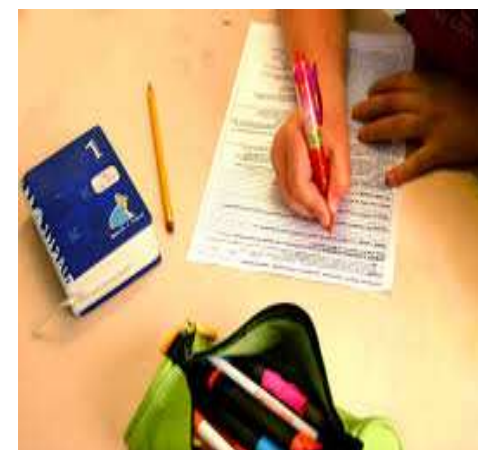
- Prevedibile e organizzato, con routine e regole
- Privo di distrazioni, se possibile lontano da finestre, senza fonti di rumore
- Definire insieme al bambino/ragazzo un suo territorio, all'interno del quale può muoversi o stare in piedi senza essere rimproverato



NO!!



SI!!



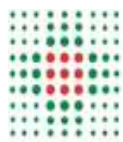
3. PREPARARE I MATERIALI UTILI

- Organizzare una «**cassetta degli attrezzi**»
che contenga il necessario per
svolgere i compiti (astuccio)



- Organizzare una «**cassetta delle attività**»
dove sarà conservato tutto il materiale
più adatto ad altre attività
(tempere, pennelli, album, compasso,)





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia



CONTRATTO...per i compiti



DATA.....LUOGO.....

I sottoscritti (nome del bambino e nome della mamma/papà)

1) Decidiamo insieme quando (da che ora a che ora ogni giorno) e dove (in quale posto della casa) devono essere svolti i compiti:

Quando.....

Dove.....

2) Cosa devo fare? (ascolto comunicazioni della maestra).....

Che cosa mi serve? (quaderni, libri, penne....).....

3) Decidiamo le regole mentre faccio i compiti:

1. Sto seduta/o

2. Il cellulare sta lontano

3.

4.

5. Chi, come e quando controlla i compiti svolti?.....

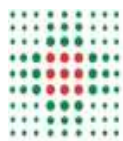
io e la mia mamma/papà ci siamo messi d'accordo sul piano per i compiti a casa, lo rispetteremo entrambi.

Firma bambino/ragazzo

Firma genitore

.....

.....



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia

AUTOISTRUZIONI PER SVOLGERE UN COMPITO/ATTIVITA'

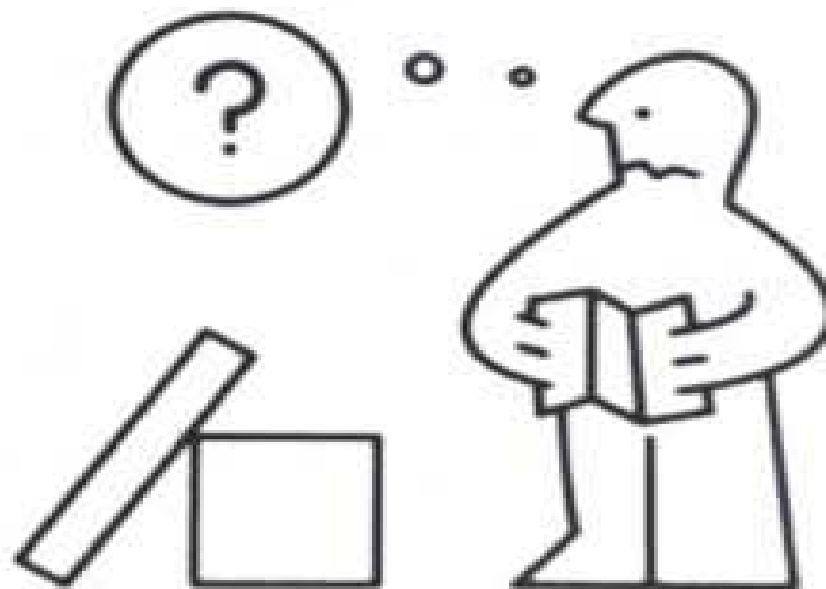
1. COSA DEVO FARE?

2. CONSIDERARE TUTTE LE POSSIBILITA'

3. FISSARE L'ATTENZIONE

4. SCEGLIERE LA RISPOSTA

5. CONTROLLARE LA RISPOSTA



E infine...ricordarsi di

PREMIARE L'IMPEGNO DI TUTTI

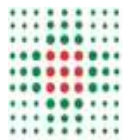
EVITANDO DI...

- Dare **eccessiva attenzione** ai comportamenti indesiderabili
- **Ripetere** al bambino/ragazzo ciò che non deve fare
- «**perdere il controllo**»
- **Punire in modo incoerente** il comportamento inadeguato

RICORDANDO SEMPRE DI:

- **Riconoscere e valorizzare i comportamenti positivi**
- **Rinforzare questi comportamenti** con lodi,
attività piacevoli, conquista di premi (Token Economy)
- **Favorire la motivazione** del bambino





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Struttura Operativa Complessa di
NEUROPSICHIATRIA dell'INFANZIA e ADOLESCENZA
Servizio di Reggio Emilia

BUON LAVORO



*Terapisti della Riabilitazione e Educatori
della Neuropsichiatria Infanzia e Adolescenza
di Reggio Emilia*