



Paolo Moderato, Cristina Copelli, Melissa Scagnelli

POTENZIARE L'EMPATIA





Indice

INTRODUZIONE 5

GUIDA RAPIDA 8

QUESTIONARIO 14

AREE 19

1 - CONOSCERE E RICONOSCERE LE EMOZIONI 20

Attività 1-38 21

Schede N. 1-42 58

2 - IMPARARE A ESSERE FLESSIBILE 90

Attività 39-75 91

Schede N. 43-71 128

Strumenti 157

3 - GENERALIZZARE I COMPORAMENTI SOCIALI 158

Attività 76-81 162

Schede N. 72-73 171

Strumenti 175

4 - ASSUMERE LA PROSPETTIVA DEGLI ALTRI 176

Attività 82-106 177

Schede N. 74-94 201

Strumenti 217

Guida rapida

CARATTERISTICHE DEL PERCORSO DI POTENZIAMENTO

Il volume CAPIRE propone un **percorso di potenziamento con finalità rieducative, utile anche nel setting riabilitativo**, con materiali strutturati e organizzati secondo un approccio graduato e multidimensionale, che possono essere utilizzati in funzione delle specificità dei singoli.

A chi è destinato

CAPIRE contiene una raccolta di attività pensate per essere utilizzate con **bambini e ragazzi che presentano una disabilità evolutiva e/o intellettiva** indipendentemente dall'origine/causa. Le proposte in esso contenute possono essere utili **sia con alunni che frequentano la scuola primaria, sia con ragazzi di livello di scolarità superiore** in base a una valutazione individualizzata delle specifiche esigenze, per sostenere lo sviluppo di competenze e abilità, rispondendo anche a una pluralità di bisogni formativi. Inoltre le attività possono essere presentate a tutti i bambini in un **percorso sul potenziamento delle competenze collegate all'empatia, per sostenerne lo sviluppo**.

Chi lo utilizza

CAPIRE è uno strumento utile per tutti i **professionisti clinici** impegnati nei **percorsi di riabilitazione**. Allo stesso tempo può essere utilizzato dall'**insegnante di sostegno** ed esprimere tutta la sua potenzialità in condivisione con l'**insegnante curricolare**, poiché **progettato in un'ottica di inclusività**.

Come svolgere le attività di potenziamento

Si consiglia di proporre al bambino le varie **attività a tavolino sedendo di fronte o accanto a lui**, soprattutto se hanno luogo in contesti scolastici. Tuttavia, sarà l'insegnante o il professionista a valutare se in qualche caso sia preferibile utilizzare una modalità alternativa, come **lavorare seduti per terra su un tappeto**. Si suggerisce di proporre da subito le stesse attività durante **situazioni di vita quotidiana**, per favorire la generalizzazione del repertorio.

Correzioni e rinforzi

Durante lo svolgimento delle singole attività del percorso di potenziamento è fondamentale ricordare che:

- **le risposte errate date dal bambino devono essere ignorate**, favorendo la produzione della risposta corretta con aiuti (prompt) fisici o verbali;
- **le risposte corrette, invece, devono essere sempre rinforzate socialmente** (per esempio dicendogli: “Bravo!”, “Bene!”, “Super!”...), ricordando che lavorando con soggetti con disabilità è necessario somministrare lodi e rinforzi con frequenza ed enfasi maggiori che con soggetti normotipici. **Talvolta si rende necessario** utilizzare rinforzatori tangibili per mantenere alta la motivazione al compito.

Ma che cos'è il rinforzo? Possiamo farne a meno?

Il rinforzo è un principio naturale: tutti noi viviamo, pensiamo, ci comportiamo, ci emozioniamo e ognuno di questi aspetti della nostra esistenza può entrare in contatto con eventi gradevoli. Questi eventi e stimoli piacevoli prendono il nome di rinforzatori: approvazione e attenzione sociale, premi e ricompense, ma soprattutto, il piacere intrinseco che sperimentiamo nello svolgere un'attività. **I rinforzatori, quindi, sono eventi o stimoli e il rinforzo è l'azione con cui questi stimoli influenzano il comportamento.**

Un percorso uguale per tutti?

Gli interventi proposti devono essere individualizzati e tener conto dei punti di forza e di debolezza di ciascun bambino, grazie a un'attenta e approfondita valutazione funzionale. L'osservazione delle caratteristiche specifiche del singolo consente di focalizzarsi sulle aree di abilità deficitarie, che necessitano di essere potenziate, e sui comportamenti problema, che necessitano di essere ridotti. **Ogni bambino è unico e, quindi, unici sono i suoi bisogni educativi.** Per questo motivo vogliamo sottolineare che **la sequenza d'insegnamento proposta nel volume può essere variata sulla base delle singole esigenze.** È importante costruire un programma di intervento specifico che risponda ai bisogni di quello specifico bambino. Inoltre, il percorso di potenziamento pianificato deve essere costantemente monitorato e aggiornato, per garantire una continua e costante “progressione”, che tenga in considerazione i ritmi di apprendimento e le strategie che si sono dimostrate più efficaci.

STRUTTURA DEL VOLUME

Il volume è articolato in 2 parti.

• Questionario di osservazione

Consente di rilevare in modo sistematico alcune informazioni sul bambino/ragazzo, al fine di orientare la programmazione delle attività di potenziamento. Vengono fornite le indicazioni per compilarlo, per registrare e calcolare il punteggio totalizzato dal bambino e per interpretare il risultato ottenuto.

• Aree di intervento

Contiene le attività di potenziamento con i materiali.

Le aree sono 4:

1. Conoscere e riconoscere le emozioni
2. Imparare a essere flessibile
3. Generalizzare i comportamenti sociali
4. Assumere la prospettiva degli altri

The image shows a questionnaire titled "CAPIRE Empatia". It is a form for observing and recording social-emotional skills. The form includes a header with the title and a brief description. Below the header, there are fields for "Nome" and "Cognome". The main part of the form is a table with 15 rows of questions and a column for the score (0-4). The questions are related to empathy and social skills.

Domanda	Punteggio
1. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
2. Esprimere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
3. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
4. Esprimere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
5. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
6. Esprimere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
7. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
8. Esprimere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
9. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
10. Esprimere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
11. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
12. Esprimere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
13. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
14. Esprimere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4
15. Riconoscere le emozioni proprie e altrui	0 1 2 3 4

PRESENTAZIONE DEI CONTENUTI

Nel volume si presentano alcune **procedure d'insegnamento per far emergere o potenziare l'empatia** in tutti i bambini e nei soggetti con disabilità evolutive e intellettive. Il percorso è suddiviso in 4 aree.

AREA 1: Conoscere e riconoscere le emozioni

Riconoscere le emozioni e rispondere in modo adeguato a esse è un'abilità complessa che richiede diverse competenze: denominare un'emozione, riconoscere le espressioni verbali e non verbali attraverso cui si manifesta, cogliere le diverse sfumature della stessa, identificare che cosa l'ha causata e come si è reagito a essa. Molto spesso questi indizi non sono chiaramente esplicitati nel contesto e richiedono al bambino di compiere alcune inferenze per poterli identificare e rispondervi adeguatamente. I bambini con disabilità evolutive e intellettive spesso incontrano difficoltà in tutte le abilità citate, ma possono apprendere con training specifici.

L'Area 1 è divisa in 3 parti:

- la prima intende promuovere la capacità di riconoscere le emozioni attraverso la lettura dei comportamenti non verbali con cui vengono espresse e l'abilità di cogliere gli eventi che hanno causato una specifica emozione e i comportamenti messi in atto.
- la seconda è volta a favorire la capacità di applicare queste competenze al riconoscimento, alla denominazione, alla manifestazione e alla gestione delle proprie emozioni.
- la terza si propone di sviluppare la capacità di rispondere in modo socialmente ed emotivamente appropriato alle emozioni sperimentate dalle altre persone.

AREA 2: Imparare a essere flessibile

La flessibilità, nel linguaggio dell'Acceptance and Commitment Therapy, è un repertorio di abilità che racchiude in sé diverse competenze: la consapevolezza del momento presente, l'accettazione, i valori, l'azione impegnata, il sé come contesto, la defusione. L'Area 2 riprende tale concetto e lo adatta all'età evolutiva e alle finalità del volume, proponendo esercizi specificamente pensati per l'età evolutiva e per il contesto educativo.

Le attività lavorano sulla **capacità di accettare gli imprevisti e di adattare in modo flessibile i propri comportamenti** (di gioco, di conversazione e di racconto) a ciò che il contesto richiede in particolari momenti della vita quotidiana e promuovono **lo sviluppo del senso di sé e della propria identità** attraverso la conoscenza e la condivisione dei propri punti di forza e di debolezza, degli interessi, delle abitudini e delle preferenze. Un'attenzione particolare è riservata alla capacità di discriminare i propri pensieri ed emozioni, di comprendere ciò che li causa solitamente e quali siano le migliori strategie da utilizzare per affrontarli. Sono inoltre presentate attività che promuovono la capacità di prestare maggiore attenzione al momento presente. Infine sono proposti training per imparare a scegliere dei comportamenti che si desidera apprendere e per mettere in atto le azioni necessarie per perseguirli.

AREA 3: Generalizzare i comportamenti sociali

Le abilità sociali sono abilità complesse che interessano un'ampia gamma di repertori, da quelli più semplici come salutare, a quelli più complessi come condividere la gioia di un amico per un evento felice o consolarlo per un episodio triste. Saper dire la frase giusta e/o saper mettere in atto uno specifico comportamento richiede spesso la presenza di altre abilità, per esempio la capacità di leggere il contesto, di comprendere ciò che è accaduto e come si può sentire l'altra persona, di mettersi nei panni dell'altro e ipotizzare, sulla base di ciò che si conosce di lui, che cosa gli farebbe piacere o meno sentirsi dire in quel momento. Le persone con disabilità evo-

lutive e intellettive mostrano spesso deficit nel repertorio di abilità sociali. L'area 3 quindi propone attività per promuovere l'**apprendimento di repertori sociali complessi**. Si presentano alcuni strumenti, tra cui l'analisi del compito, il modeling, il videomodeling, il role playing, e alcuni esempi applicativi che il lettore può riprendere, adattare e generalizzare all'insegnamento di altri repertori sociali.

AREA 4: Assumere la prospettiva degli altri

La capacità di assumere la prospettiva delle altre persone, di mettersi nei loro panni, di comprendere ciò che provano e pensano, rappresenta un'abilità chiave per interagire in modo efficace con gli altri, per entrare in sintonia con le emozioni e i pensieri altrui e rispondere efficacemente. Quest'Area propone una serie di attività volte a **favorire l'emergere della capacità di assumere la prospettiva delle altre persone**, partendo dalla consapevolezza che le persone possono non avere alcune informazioni chiave, che in presenza della stessa situazione possono avere informazioni diverse, che possono sperimentare emozioni e pensieri differenti, che la stessa persona può sperimentare emozioni diverse in presenza del medesimo evento. Nella seconda parte dell'Area sono proposti training per insegnare al bambino a riconoscere e a comprendere l'ironia e le metafore.

La tabella seguente riporta una sintesi con l'articolazione dei contenuti del volume utile in fase di progettazione delle attività con il bambino.

ARTICOLAZIONE DEI CONTENUTI

AREA	MACROBIETTIVI
<p>1. Conoscere e riconoscere le emozioni</p>	<p>Imparare a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • riconoscere le emozioni, i comportamenti verbali e non verbali per esprimerle, gli eventi che le causano e i comportamenti che si possono mettere in atto quando le si sperimenta. • riconoscere, esprimere e rispondere alle proprie emozioni. • rispondere, con comportamenti socialmente appropriati, alle emozioni sperimentate dalle altre persone.
<p>2. Imparare a essere flessibile</p>	<p>Imparare a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • accettare gli imprevisti e adattare flessibilmente il proprio comportamento, la conversazione, il gioco e il racconto alle richieste del contesto. • prestare maggiore attenzione a ciò che accade nel contesto di vita quotidiana. • discriminare e condividere ciò che è importante per sé. • scegliere strategie che possono aiutare a mettere in atto comportamenti ritenuti difficili, ma importanti. • riconoscere e discriminare i propri punti di forza e di debolezza e le proprie preferenze.
<p>3. Generalizzare i comportamenti sociali</p>	<p>Imparare a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • relazionarsi in modo efficace con le altre persone. • mettere in atto comportamenti verbali e non verbali appropriati al contesto, al vissuto emotivo delle altre persone e a ciò che le altre persone condividono.
<p>4. Assumere la prospettiva degli altri</p>	<p>Imparare a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • discriminare il pensiero e le emozioni delle altre persone sulla base di alcuni indizi contestuali. • assumere la prospettiva delle altre persone, consapevoli che ciascuno può sperimentare emozioni e pensieri diversi sulla base di ciò che conosce o del proprio vissuto personale. • comprendere l'ironia e le metafore. • sviluppare abilità di ragionamento logico deduttivo e induttivo.

11 INDOVINA PERCHÉ

OBIETTIVO Promuovere la capacità di ipotizzare la causa di una specifica emozione.



MATERIALI

SCHEDA N. 22 e altre immagini in cui il protagonista prova un'emozione e un indizio sul perché.



CONSEGNA

1. Come si sente?
2. Che cosa potrebbe essere successo prima? / Secondo te perché si sente così?



AIUTO

Ecoico: pronunciamo esattamente ciò che dovrebbe dire il bambino.

Visivo: mostriamo le immagini con le risposte.

COME PROCEDERE

- ▶ Presentiamo un'immagine in cui **si vede il protagonista provare un'emozione e un indizio sul perché**: per esempio, scegliamo dalla Scheda N. 22 il disegno del bambino con il volto triste e un gioco rotto in mano.
- ▶ Chiediamo: "Come si sente?", se il bambino denomina l'emozione correttamente lodiamolo, se non dice nulla, pronunciamo ciò che dovrebbe dire (aiuto ecoico), cioè "triste". Aspettiamo che lo ripeta, subito dopo richiediamoglielo in assenza di aiuto.
- ▶ Poi **diamo la consegna 2** e diciamo: "Che cosa potrebbe essere successo prima?", "Secondo te perché si sente così?", che in relazione all'immagine selezionata da Scheda N. 22 diventa: "Secondo te perché è triste?". Se risponde correttamente entro 3 secondi, lodiamolo, altrimenti diamo l'aiuto visivo, indicando il gioco rotto sull'immagine (per esempio il robot), e suggeriamo: "C'è un gioco rotto...". Aspettiamo altri 3 secondi, se ancora non dice nulla, esplicitiamo: "Forse qualcuno ha rotto il suo gioco?".
- ▶ Subito dopo **mostriamo un'immagine che rappresenta una scena simile nei contenuti**, per esempio un bambino che ha tra le mani un gioco rotto, ma diverso da quello precedente (come una macchinina) e riproponiamo le stesse domande. Quando il bambino dà la risposta corretta senza aiuto lodiamolo e presentiamo un'altra attività.

L'abilità può considerarsi acquisita se il bambino risponde correttamente il 90% delle volte per 3 sessioni consecutive.



Il volume si rivolge a chi si occupa di sostegno, riabilitazione e rieducazione di bambini e ragazzi con disabilità intellettiva e/o ritardo nell'acquisizione delle abilità sociali. L'intento è fornire strategie di intervento per sostenere lo sviluppo dell'empatia, componente essenziale per impostare piani di rieducazione e attività didattiche di sostegno.

A partire da un quadro metodologico di riferimento, il volume fornisce numerosi materiali operativi, pronti all'uso, che mettono in relazione le difficoltà specifiche nelle varie componenti dell'empatia e le relative strategie di intervento.

Tale abbinamento permette di strutturare percorsi di potenziamento delle capacità necessarie per entrare in relazione con gli altri e pertanto consente ai professionisti che operano dentro e fuori la scuola, insegnanti compresi, di usare questo materiale come base o in affiancamento ad altri interventi inclusivi.

Il volume comprende:

- un **QUESTIONARIO**, agile strumento per mappare le abilità sociali e le componenti dell'empatia, che permette di avere un quadro generale del bambino e impostare percorsi di intervento;
- numerose **ATTIVITÀ DI POTENZIAMENTO**, articolate in 4 aree: *Conoscere e riconoscere le emozioni, Imparare a essere flessibile, Generalizzare i comportamenti sociali, Assumere la prospettiva degli altri*;
- un **SET DI MATERIALI** organizzati in oltre 100 schede con gli stimoli da utilizzare durante le attività e strumenti di valutazione delle abilità implicate nell'empatia, per monitorare l'evoluzione e l'andamento degli apprendimenti del bambino.

Paolo Moderato

Professore ordinario di Psicologia presso l'Università IULM di Milano e Analista del Comportamento SIACSA - Società Italiana degli Analisti del Comportamento in campo Sperimentale e Applicato. Direttore scientifico della Scuola di Psicoterapia Cognitivo Comportamentale per l'infanzia e l'adolescenza Humanitas di Milano e del primo Master italiano per gli interventi intensivi precoci basati sull'ABA approvato dal BACB - Behavior Analyst Certification Board. Fondatore e presidente di IESCUM - Istituto Europeo per lo Studio del Comportamento Umano. Past President dell'EABCT - European Association for Behavior and Cognitive Therapies e Fellow dell'ACBS - Association for Contextual Behavioral Science. Editor italiano di *Acta Comportamentalia*, fa parte del Board di direzione di *Psicoterapia Comportamentale e Cognitiva*. Dirige la collana *Pratiche Comportamentali e Cognitive*. È autore di oltre 200 articoli pubblicati su riviste nazionali e internazionali nel campo dei processi di apprendimento e memoria e dell'analisi del comportamento.

Cristina Copelli

Dottore di ricerca, psicologa psicoterapeuta, Analista del Comportamento certificata BCBA-D e SIACSA, è coordinatore didattico e docente nei corsi e nel master in Analisi del Comportamento IESCUM. Si occupa di ricerca, interventi ABA di ultima generazione per il progetto ABAXITALIA. Ha pubblicato articoli e volumi sull'autismo.

Melissa Scagnelli

Dottore di ricerca, psicologa psicoterapeuta, Analista del Comportamento certificata BCBA e SIACSA, è docente presso l'Università IULM di Milano, presso il master in Analisi del Comportamento IESCUM e nelle scuole di Specializzazione in Psicoterapia ASCCO e Humanitas. Si occupa di ricerca e intervento nell'ambito dell'Analisi del Comportamento di ultima generazione. Ha pubblicato articoli e volumi sull'autismo.

