

**E COMUNICAZIONE A CASA
AI TEMPI DEL CORONAVIRUS**

In questa situazione di isolamento atto a limitare la diffusione del Coronavirus, il nostro quotidiano va a risentirne inevitabilmente, ed indubbiamente tutta la situazione è fonte di stress per ognuno di noi. Per bambini, ragazzi, adulti con le caratteristiche dello spettro dell'autismo, questa interruzione delle routine quotidiane, apprese e accettate negli anni, spesso con fatica, può rivelarsi davvero destabilizzante. E con loro, sono spesso destabilizzate e vulnerabili anche le famiglie. Il riadattamento delle giornate, l'interruzione scolastica e delle attività sportive e ricreative, l'assenza dei terapeuti, dei nonni, di tutta quella rete quotidiana, svuota le giornate del loro senso, e in qualche modo, per i nostri bambini e ragazzi, rende tutto meno comprensibile. È vero che le attività scolastiche possono essere continuate a casa. È vero che si possono creare attività nuove e si può dedicare maggior tempo alla relazione in famiglia. Ma è anche vero che, senza una spiegazione appropriata, ogni attività sembra non avere né inizio né fine, né scopo, né gratificazione. In questa situazione anomala, possono venire in aiuto delle strategie che molte famiglie già adottano, ma che scriveremo qui per condividere con chi ancora non ne fa uso.

- **CHIARIRE LA SCANSIONE TEMPORALE DEGLI EVENTI**

Partiamo dal presupposto che non necessariamente il tempo forzatamente trascorso in casa per i nostri ragazzi sia un limite o che causi dispiacere in sé: il vero limite o disagio consiste nella mancata scansione temporale. Sarà importante proporre e spiegare in maniera comprensibile le nuove routine e creare quindi nuovi equilibri. Per fare questo sarà necessario che i familiari stabiliscano quali sono le attività quotidiane (igiene personale, fare i compiti o attività prelaborative, momenti di tempo libero, giochi da tavolo, pasti principali..) e le persone con cui alcune di queste potranno essere svolte dal bambino o dal ragazzo nello spettro dell'autismo. Una volta stabilite, le attività dovranno essere comunicate in maniera chiara mediante "agende" o "schemi della giornata" preparati con oggetti, immagini, linguaggio scritto.

- **CHE COS'È UNO SCHEMA DELLA GIORNATA**

Che cos'è una “agenda” o “schema della giornata”? È un modo di rendere spaziale il tempo, come lo è il calendario, il diario scolastico, l'agenda settimanale o giornaliera che tutti noi utilizziamo, su supporti diversi, ma quasi sempre come traduzione visiva del passare del tempo. L'utilizzo di uno schema visualizzato delle attività risponde alla necessità di prevedibilità delle persone nello spettro dell'autismo e rende le proposte degli interlocutori più comprensibili: sapere cosa si potrà fare nell'arco della giornata, e di conseguenza cosa non si potrà fare, oltre a dare sicurezza, è il miglior modo per prevenire comportamenti problematici.

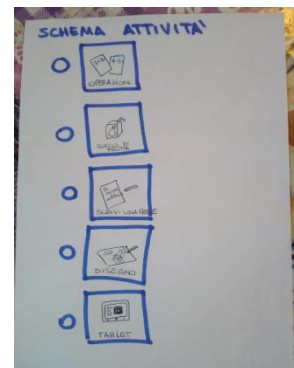
- **COME SI REALIZZA UNO SCHEMA DELLA GIORNATA**

Quando si decide di organizzare uno schema della giornata, è importante farlo in maniera “individualizzata”, ovvero sulla base delle effettive caratteristiche della persona a cui è destinato.

- La prima cosa da fare, consisterà nello scegliere la “**forma**” della vostra agenda, ovvero il formato in cui presenterete le informazioni. Generalmente, gli adulti che leggono utilizzano agende scritte. Per chi, per età o per caratteristiche, ancora non legge, bisognerà immaginare altri modi, comprensibili, di scandire il passare del tempo. Le immagini (fotografie, disegni) possono non essere comprese da tutti. Qualora la persona avesse difficoltà nel “comprendere l'immagine”, ovvero nell'attribuirle un significato condiviso con l'interlocutore, si potranno utilizzare gli oggetti stessi (ad esempio si potrà mostrare lo spazzolino per indicare di andare a lavare i denti, o il barattolo dello yogurt per “dire” che si sta per fare merenda). Esistono anche “vie di mezzo” fra oggetti e immagini (le cosiddette “carte – oggetto”), la cui eventuale realizzazione lasciamo alla vostra fantasia, ad esempio: un rametto di alloro incollato su un cartoncino può indicare che si uscirà in giardino.



Anche quando la persona condivide il valore di alcune immagini, va tenuto presente che non tutte le immagini vanno bene per tutti. Ogni persona ha delle immagini che “comprende più chiaramente”. Solitamente, è necessario fare una valutazione specifica per capire quale tipo di immagine va meglio per una determinata persona (tramite ad esempio il test ComFor), ma vista la situazione particolare possiamo tentare per prove ed errori. In linea generale possiamo dire che solitamente sono più chiare le immagini a sfondo neutro, prive di dettagli non rilevanti, e preferibilmente immagini non relazionali (cioè dove non sono presenti persone, nemmeno la persona stessa). Se siete bravi a disegnare, potete mettere a punto i disegni che preferite, ma attenti: non considerate la realizzazione solo in quanto “estetica” (quanto le immagini sono dettagliate, se colorate o in bianco e nero ecc...), ma soprattutto in quanto “funzionale”. Vi renderete conto di come rappresentare un concetto in generale sia difficile. Ad esempio, se per “giocare” rappresentate due persone che giocano a palla, il bambino intenderà che si deve necessariamente giocare a palla, e in due. Tenetelo presente.

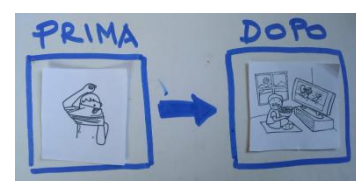


- o La seconda decisione da prendere rispetto all’agenda riguarda la “durata”. Quando acquistate la vostra agenda all’inizio dell’anno, decidete di avere una visualizzazione giornaliera, o settimanale, e ricorrete anche ad un planning annuale. Nel caso del bambino o del ragazzo che legge, potrete avere un



planning settimanale o mensile su un calendario (quello usualmente utilizzato o uno creato appositamente) però al momento ci interessa maggiormente capire come spiegarsi lo svolgersi

della giornata. Ragionate in questi termini: il vostro ragazzo conosce il concetto “prima... dopo”? Se sì, a seconda delle caratteristiche personali, potrete realizzare un’agenda con due o più attività in sequenza, che rappresentino mezza giornata, fino a considerare anche tutta la giornata. Se invece il bambino o il ragazzo possono elaborare un solo stimolo alla volta, considerate la necessità di comunicare solo



ciò che si va a fare in quel momento, di volta in volta. Anche in questo caso, però, anticipare, il più possibile simbolicamente, ciò che succederà, servirà a contribuire al benessere della persona. Per i ragazzi che già leggono, potete adottare anche calendari settimanali e mensili.

- Adesso avete la forma della vostra agenda (oggetti, oppure immagini, oppure parole scritte) e la durata di ciò che volete comunicare (una attività alla volta, due attività in sequenza, più attività). Dovete ora prendere decisioni su ciò che chiamiamo “**uso**” dello schema. Se avete deciso di presentare un oggetto alla volta (decisione che in genere si prende per i bambini più piccoli o per le persone di qualunque età che non hanno ancora accesso ad una condivisione simbolica di significati simbolici, ovvero di “qualcosa che sta per qualcos’altro”) porterete l’oggetto alla persona (ad esempio: il suo spazzolino da denti), direte una breve frase rappresentativa (tipo: “vieni a lavare i denti”), e accompagnerete la persona ad eseguire l’attività. Se avete deciso che potete presentare due o più attività in sequenza, dovrete dotarvi di un supporto. Siete a casa, senza materiale particolare, ma quasi certamente avete scatole di cartone e scotch - carta. Con le scatole di cartone, potete costruire uno schema “prima -dopo”. Se usate immagini in una sequenza complessa, potete “montarle” in uno schema dall’alto in basso, o da sinistra a destra (il senso di lettura!) con del velcro, o in alternativa, con lo scotch - carta o dei piccoli magneti da lavagna magnetica. Lo schema verrà presentato giornalmente alla persona dapprima nel suo complesso insieme ad una comunicazione verbale ed immediatamente prima di iniziare ogni attività rappresentata. In questo caso, è la persona che va accompagnata allo schema, che deve essere collocato in posto determinato della casa. Ovviamente la comprensione dello schema nell’insieme non sarà immediata, ma avrà bisogno di più ripetizioni (un po' di giorni a disposizione li abbiamo) per permettere alla persona di comprenderne il supporto effettivo e la stabilità che ne deriva.
- Se a questo punto della lettura vi è venuto il mal di testa e avete deciso che preparare uno schema visualizzato non fa per voi, pazientate leggendo questa **nota all’utilizzo domestico di uno schema della giornata**. Ecco, quello che vogliamo dire ai genitori in sintesi è questo: fate in modo che vostro figlio

sappia cosa aspettarsi dalla sua giornata. Fate quello che più vi sembra logico, e adatto a lui e a voi. Ci rendiamo conto che i genitori non sono professionisti, e che la casa non è la scuola o un centro di riabilitazione. Non di meno, si tratta di una situazione eccezionale, in cui bisognerà fare degli sforzi in molte direzioni. Se vi sembra troppo elaborato quello che abbiamo suggerito, tenete a mente un solo fondamentale concetto: il vostro bambino o ragazzo con autismo ha la necessità (e il diritto) di accedere alle informazioni nella maniera in cui le sue caratteristiche lo richiedono. Questa maniera, è in genere (anche se non sempre) una maniera visualizzata. In pratica, parlare non basta. Bisogna far vedere. Scegliete voi come far vedere, perché siamo fermamente convinti che a casa si debba agire nel modo più naturale possibile, senza ricorrere a modalità troppo elaborate, che contrastano con la quotidianità degli scambi genitore-figlio. Vi suggeriamo comunque di mettervi nei suoi panni: sta vivendo in un mondo privo di regole, o meglio, privo delle regole che ha conosciuto ed accettato fino ad ora. Non c'è un buon modo per spiegargli che non può andare in piscina: c'è un buon modo per spiegargli cosa deve fare "invece" di andare in piscina.



• **COME CHIARIRE LE REGOLE DI COMPORTAMENTO A CASA**

Una persona nello spettro dell'autismo può non aver chiaro quale sia il comportamento più adeguato da tenere in una determinata situazione. Spesso un comportamento considerato inappropriato può avere alla base una mancata comprensione, da parte della persona, di cosa ci si aspetta da lei. Se non c'è comprensione, vuol dire che le spiegazioni che abbiamo dato non hanno "intercettato" le caratteristiche della persona. Evitiamo di considerare il nostro bambino o ragazzo "pigro", "indisponente", "oppositivo": farlo, non ci porterà a niente di buono, anzi, esaspererà gli aspetti negativi della convivenza continua.

Mostrare visivamente le regole di comportamento può essere un modo rapido ed efficace per chiarire cosa viene socialmente richiesto. Attenzione però! Spiegare semplicemente cosa non fare, e perché non farlo, non aiuta a comprendere quale sia il comportamento adeguato in una data situazione. Sarà importante invece mostrare chiaramente soprattutto il comportamento appropriato alternativo, quello che noi riteniamo adeguato. Annunciate solo le regole che seguirete davvero, cioè quelle che siete in grado di sostenere: fare eccezioni continue, creerà soltanto confusione e quindi piccoli o grandi problemi in futuro. Questo non significa non poter essere più accomodanti o flessibili quando necessario, ma significa chiarire comunque le condizioni a priori affinché un “patto” risulti rispettato.

- Ci si può chiedere **come spiegare le regole ad una persona “non verbale”** ovvero che ancora non condivide con l’interlocutore il significato delle parole “orali”. In questo, tutta l’organizzazione dell’ambiente e dei materiali “parla” di ciò che si può fare (e di ciò che non si può fare). Facciamo degli esempi. Porgere al bambino un intero pacco di biscotti, “dice”: “puoi mangiarne quanti ne vuoi, dove vuoi, nel tempo che vuoi”. Se volete che il bambino faccia merenda seduto al tavolino, dovrete mettere quattro o cinque biscotti in una ciotola, mostrarli, farlo sedere, e porgere la ciotola (o, se state cercando di migliorare la capacità di richiedere, porgere un biscotto alla volta quando allunga la mano o dice la parola “biscotto” o una sua parte, ma comunque rendendo visibile la numerosità) e non porgere altri biscotti se il bambino si alza. Una volta finito, direte “finito”. E sarà finito. Questo, significa essere chiari, visivamente. Una nota: generalmente le persone che si avvicinano all’autismo pensano che comunicare in maniera “umentativa” sia: “usare delle immagini”. Non è così. Comunicare “bene” (si chiami come si vuole) è qualcosa che deve avvenire 24 ore su 24, per qualunque cosa venga comunicata, con mezzi comprensibili e chiari ad entrambi gli interlocutori.
- Anche per le persone verbali, è necessario essere davvero chiari, secondo lo stile di comprensione della persona. Per **spiegare le regole alle persone verbali**, è possibile utilizzare delle “storie sociali”, ovvero storie visualizzate che possano spiegare cosa avviene in una determinata situazione o relazione.

La presentazione delle regole, o meglio di come dovrebbe avvenire una specifica attività, dovrebbe essere scritta, per garantire che le regole vengano annunciate nello stesso modo più di una volta. Si suggerisce di accompagnare il testo scritto con disegni o foto esplicative, oppure di scrivere la storia in maniera che sia leggibile anche dal bambino, ad esempio accompagnando le parole scritte con simboli e immagini tipici delle storie con CAA. Ad alcuni genitori potrà sembrare

- Fare merenda**
- Al pomeriggio faccio merenda con i biscotti.
 - Posso anche bere un succo.
 - Quando posso fare merenda, la mamma mi dice che "è ora di fare merenda"
 - Prima di fare merenda, andrò a lavare le mani, con mio fratello.
 - Poi, io e mio fratello ci sediamo al tavolino celeste
 - Posso mangiare i miei biscotti e bere il mio succo.
 - Devo ricordare che quando faccio merenda, devo mangiare i miei biscotti e bere il mio succo, seduto al tavolino.
 - Quando ho finito, posso dire "finito!"
 - Dopo che ho detto "finito", porterò la ciotola e il bicchiere nel lavandino.
 - Quando la merenda è finita, torno a giocare.



superfluo "spiegare" qualcosa che dovrebbe avvenire di routine, ma in molti casi (non in tutti) è invece necessario. Soprattutto perché

questa modalità ci consente poi di inserire delle eccezioni e degli imprevisti, come nell'esempio: "A volte i miei biscotti preferiti finiscono. In questo caso, posso mangiare una banana o una mela. Mamma e papà comprenderanno un nuovo pacco di biscotti appena possibile". È importante ricordare di preferire poche regole ma salde, questo sia per non sovraccaricare la persona di troppe informazioni, sia perché meno regole avremo da gestire e più sarà possibile garantire coerenza.

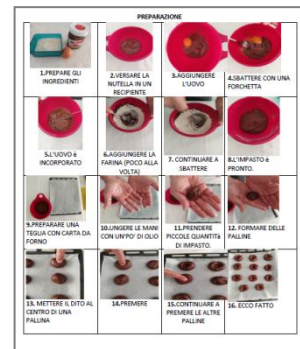
- **COME CHIARIRE GLI ASPETTI LEGATI ALLE AUTONOMIE PERSONALI E DOMESTICHE E ALLE ATTIVITÀ DI GIOCO**

Nella riorganizzazione necessaria in questi giorni in casa i bambini, i ragazzi e gli adulti con autismo avranno modo di partecipare maggiormente alla cura di sé stessi, alle attività domestiche e a momenti condivisi con la propria famiglia. La visualizzazione può venirci incontro per chiarificare le autonomie, sia quelle personali, sia quelle domestiche, così come per la definizione di altre attività, ad esempio delle regole dei giochi da fare insieme.

- La visualizzazione delle **autonomie personali**, attraverso sequenze di immagini o video (“video-modeling”: si tratta praticamente di tutorial imitabili) permette alla persona di acquisire abilità o di consolidare abilità che sono al momento “potenziali” (cioè che riguardano quelle attività che la persona svolge con aiuto). In internet trovate numerose sequenze fotografiche di diverse abilità di autonomia personale: vestirsi e svestirsi, uso del cucchiaio, del bicchiere e della forchetta, uso dei servizi igienici, lavarsi le mani e i denti, e così via. È molto probabile, però, che la sequenza che avete trovato in internet non vada del tutto bene per voi: il sapone liquido è a destra ma il vostro ragazzo è mancino, le scarpe che indossa il modello sono troppo diverse da quelle di vostro figlio, il suo bicchiere è di un altro colore, e così via. Niente paura. La tecnologia ci viene incontro: se sapete “ricavare” delle foto da un video, fate un buon video e ricavate le foto, (ma anche il video in sé costituirà un “tutorial”) oppure fate direttamente una serie di fotografie, e poi presentatele in sequenza. Questa “operazione” in gergo tecnico si chiama “analisi del compito visualizzata” (ma lo scriviamo solo per non far credere che abbiamo inventato qualcosa!) e costituisce una modalità di comunicazione davvero molto utile per l’insegnamento delle autonomie. Il vostro bambino o ragazzo non dà ancora valore alle immagini o ai video? Allora organizzate il materiale concreto e fate voi da modello: disponete i capi di abbigliamento sul letto nell’ordine in cui andranno indossati; lavate i denti contemporaneamente al vostro bambino, mimate il gesto di sistemare la maglia. E nelle situazioni più difficili, dimostrate come si fa, guidando la persona fisicamente, le vostre mani sulle sue.
- Rispetto alle **autonomie domestiche**, vale quanto è stato detto per le autonomie personali. L’utilizzo di video ricette o ricette in immagini può rappresentare un momento di condivisione semplice e spesso molto motivante. Troverete diversi tutorial in internet, per le autonomie domestiche, ma come per le autonomie personali, potreste avere bisogno di organizzarvi in maniera indipendente per mantenervi fedeli sia alle caratteristiche della casa, sia alle caratteristiche del vostro ragazzo.



E, anche qui, se vostro figlio non “vede” le immagini o i video (ovvero se non condivide con voi il significato che voi attribuite ad immagini e video) organizzate il materiale affinché “parli” da solo. Ad esempio, mettete sul piano della cucina, piatti, bicchieri e posate nel numero giusto per apparecchiare; usate vaschette separate per riporre oggetti come mollette e calzini quando ritirate i panni; pre-dosate il detersivo della lavatrice... Insomma: organizzate, visualizzate, chiarificate!



- Riservare uno o più momenti della giornata ad attività ludiche in famiglia risulta sicuramente piacevole nell'immediato, così come un investimento per una maggiore partecipazione sociale futura. Al fine di permettere alla persona di partecipare ad un gioco da tavolo con serenità, creare delle **regole di gioco** scritte o in immagini permetterà di trascorrere del tempo di qualità di famiglia. Le regole andranno lette e condivise prima del gioco e mantenute sempre a portata di vista per farvi riferimento quando necessario.

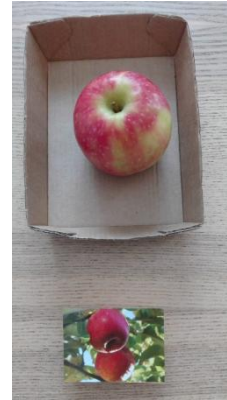


• COME FAVORIRE L'ESPRESSIONE

Oltre a favorire la capacità del nostro bambino o ragazzo, di comprendere ciò che gli stiamo comunicando, dovremo favorire la sua capacità di esprimersi. Non è possibile fornire dei suggerimenti che vadano bene per tutti, perché le capacità espressive delle persone nello spettro dell'autismo variano molto per età e per competenze.

- È davvero importante che il vostro bambino o ragazzo possa farvi delle **richieste**. Se si tratta di una persona non verbale, collocate, in posti strategici della casa, degli oggetti che potranno esservi portati per fare una richiesta. Se si tratta di un bambino piccolo che ancora non parla, mettete alcune cose gradite (meglio che si tratti di due soli oggetti, distanti fra loro poco meno di un metro) su una mensola, in modo che possa vederle ma non raggiungerle, e

restate “in ascolto”: probabilmente il bambino vi prenderà per mano e cercherà di portarvi verso l’oggetto. Potete gradualmente condurlo ad indicare, seguendo i suggerimenti che vi sono stati forniti dai professionisti che vi seguono usualmente. Ricordate di denominare l’oggetto scelto prima di consegnarlo. Cercate di reagire più velocemente ai comportamenti “migliori”, e esitate un secondo rispetto a quelli che sembrano meno chiaramente diretti a voi: il bambino tenderà a voltarsi verso di voi per capire se avete capito. Evitate di dire cose del tipo “come si dice?” e, per carità, non dite “se non mi dici come si chiama, non te lo do”. Se è possibile, potete cominciare a proporre al vostro bambino o ragazzo di “scambiare” qualcosa per richiedere. Cos’è la comunicazione se non uno scambio? Quindi, perché non scambiare l’immagine di una mela, con una mela? Quando accogliete la richiesta, commentate sempre verbalmente, ad esempio: “Mela, sì, vuoi la mela!”.



- Qualunque sia la competenza della persona nello spettro, è di importanza fondamentale favorire la possibilità che esprima delle **scelte**. Si deve trattare di scelte che “può” fare! Ovvero: vanno proposte opzioni fra alternative che sono “lecite”. Si suggerisce di visualizzare le alternative, e di non fornire troppe possibilità, bensì di variarle ogni volta che si propone la scelta. Potete porgere due cose, e denominarle, consegnando quella verso cui il bambino tende la mano. Cercate anche in questo caso di favorire una chiara indicazione con il dito. Anche se il vostro bambino o ragazzo è verbale, cercate di chiarire visivamente quali sono le opzioni di scelta (magari, scrivendole), per non trovarvi in difficoltà con richieste a cui non potete rispondere.
- Lavorate anche sul dire di no, o **rifiutare**, o negare. Proponete velocemente qualcosa che alla persona non piace. Aiutatela a dire di no (con un secondo adulto che aiuta a scansare l’oggetto, nel caso di una persona non verbale, o con un secondo adulto che aiuta a dire “no” o “no grazie” nel caso di una persona verbale) e sostituite immediatamente la proposta, mostrando di aver capito. Questo “giochino” non va ripetuto più volte di seguito, perché... chiunque si arrabbierebbe!

- Sarà importante anche incentivare la possibilità che il vostro bambino o ragazzo chieda **aiuto**, ad esempio, se una bottiglia non si apre, o se manca qualcosa. In generale, se da dei segnali minimi, suggeriamo di reagire a quelli e poi, gradualmente, di reagire ai segnali migliori di richiesta di aiuto, aspettando uno o due secondi per quelli meno direzionati o chiari. Potrebbe esserci bisogno di un modello. Per i genitori che lo hanno visto fare, proponiamo piccolissimi “sabotaggi”: ad esempio, trattenere un pezzo di qualcosa (ad esempio, il pezzo di un puzzle, o il cucchiaino per mangiare) e poi restituirlo anche a segnali minimi, se in genere la persona non dà segnali di aver bisogno di aiuto. Ma non provate a fare questo, se non vi sentite sicuri di come si fa: se commettete errori potreste esasperare gli animi!
- Anche se la logopedia è sospesa, potete lavorare su alcuni **prerequisiti alla comunicazione verbale** espressiva. Ricordate di usare poche parole, ma corrette. Parlate con il vostro bambino o ragazzo di ciò che ha appena fatto, di ciò che sta facendo in quel momento, e di ciò che sta per fare (e in questo ultimo caso, visualizzate). Ricordate anche di commentare ciò a cui sta prestando attenzione, e anche lo stato d’animo che vi sembra che stia manifestando. Questi vostri comportamenti non serviranno direttamente a migliorare l’espressione, ma costituiranno delle buone basi per il linguaggio verbale espressivo.

● COME FAVORIRE GLI SCAMBI CONVERSAZIONALI

Per i bambini e i ragazzi verbali, il fatto di aver ridotto le interazioni e aver interrotto la logopedia, potrebbe far pensare ad una perdita di competenze. Ma anche in casa potete organizzare delle attività utili!

- Per migliorare il **vocabolario**, giocate a “indovinare un oggetto”. Potete utilizzare numerose varianti di questo gioco. Immaginate con i piccoli la risposta alla domanda “va nel mare” con una nave e una bicicletta come alternative (le immagini della nave e della bicicletta potete prenderle da internet, o potete selezionare alcuni giocattoli, incastri ecc...). Per i più grandi e verbali, il gioco, cioè la definizione di ciò che va indovinato, può diventare

sempre più complesso. Se diventate bravissimi in questo gioco, potete anche scambiare i ruoli (cioè, è il bambino a dare le definizioni, e l'interlocutore adulto deve indovinare) oppure potete indovinare senza vedere l'immagine (ma suggeriamo di avere prima condiviso un repertorio visualizzato di possibilità).

- Migliorate la capacità di **raccontare degli eventi** come segue. Fotografate con il cellulare le fasi di una attività che fate insieme, che si tratti di innaffiare i fiori, o di fare i biscotti. Commentate le foto con il vostro bambino o ragazzo: prima raccontate voi, poi racconta lui. Dopo due o tre ripetizioni, sarete pronti a fare ai nonni tutto il racconto, durante la rituale videochiamata, per alcuni anche senza più il supporto delle foto (ma perché farne a meno?). Se create un “foto-diario” o un “calendario dei resti” (cioè, collocate una foto significativa su un calendario, mettendo magari una didascalia) potrete diventare bravi anche a ricordare, e raccontare, eventi sempre più remoti. Oltre al commento delle foto, il classico racconto da libro, può essere fonte di interesse e di apprendimento. L'adulto legge il libro illustrato, e una volta che il racconto è chiaro, può raccontarlo nuovamente il bambino o il ragazzo, senza aiuto, se ne è capace, oppure rispondendo alle classiche domande: “chi” “cosa” “quando” “dove” “perché” (le famose “cinque W”).

Le cinque W stanno per:

- Who? [«Chi?»]
- What? [«Che cosa?»]
- When? [«Quando?»]
- Where? [«Dove?»]
- Why? [«Perché?»]

- **COSA EVITARE**

In ultimo, qualche raccomandazione su cosa evitare. Per le persone verbali, evitate di parlare per frasi fatte o modi di dire, come “bisogna alzarsi dal letto perché il mattino ha l'oro in bocca”. Evitate di dire cose che letteralmente sono terrificanti, come “ti tengo nel mio cuore”, o anche semplicemente false, come “da stamattina mi hai interrotto 100 volte!” (in questo caso rischiate che la risposta sia “non è vero, ti ho interrotto solo 12 volte!”). Evitate, per tutti, di dare per scontato che l'altro debba già sapere cosa state pensando e come qualcosa vada fatta, per il solo fatto che voi lo pensate o che per voi va fatto così. Fate sforzi di chiarezza.

25 marzo 2020

A cura di Shanti Anna Cheriyan e Giovanni Magoni

Con il contributo di Anna Giaquinto, Rosa Guarino, Marta Porrone, Doriana Caporilli
e Flavia Caretto

Si ringraziano i genitori di F. per la gentile concessione delle foto