

# Intervento per le difficoltà socio-relazionali

Programma  
cognitivo-comportamentale  
sulle social skills per ragazzi  
con autismo, ADHD e altri disturbi

Chiara Salviato, Irene C. Mammarella  
e Cesare Cornoldi

**MATERIALI**  
PSICOLOGIA

 Erickson



## INTERVENTO PER LE DIFFICOLTÀ SOCIO-RELAZIONALI

Sapersi relazionare con i coetanei è uno dei compiti più difficili che ogni bambino deve affrontare. Si tratta, ad esempio, di saper entrare facilmente in un gruppo, negoziare le regole di un gioco, reagire in modo adeguato a una provocazione, e così via.

Le relazioni diventano sempre più complesse dall'infanzia all'adolescenza, con un aumento progressivo dell'importanza del consenso dei pari.

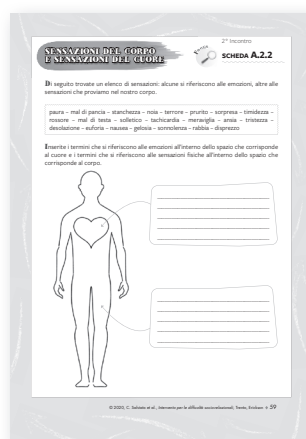
**Come aiutare i bambini e i ragazzi con difficoltà socio-relazionali a uscire dall'isolamento e a interagire efficacemente con i coetanei?**

Le attività proposte in questo volume, strutturate in una serie di incontri con dettagliate indicazioni per gli adulti e schede operative per bambini e ragazzi dagli 8 ai 14 anni, sono state concepite per essere applicate da psicologi e/o educatori in un contesto di gruppo, al fine di potenziare la competenza sociale all'interno di un percorso di terapia necessariamente più ampio.

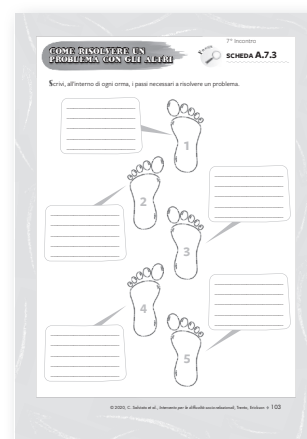
Gli incontri sono così suddivisi:

- 12 incontri base per riconoscere le emozioni e migliorare le abilità interpersonali
- 4 incontri supplementari per bambini con Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività
- 5 incontri per bambini con Disturbo dello Spettro dell'Autismo
- 4 incontri per bambini con Disturbo Non Verbale.

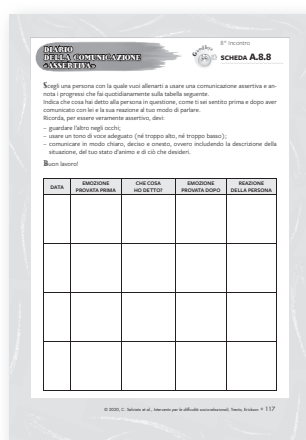
In Appendice sono riportate due checklist di valutazione e nelle Risorse online ci sono ulteriori materiali di lavoro da stampare e ascoltare.



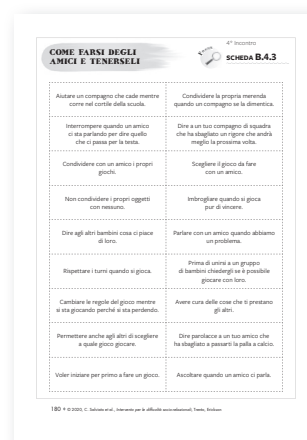
Sensazioni del corpo e sensazioni del cuore.



Come risolvere un problema con gli altri.



Diario della comunicazione assertiva.



Come farsi degli amici e tenerseli.

## GLI AUTORI

### CHIARA SALVIATO

Psicologa, specializzata in Psicoterapia cognitiva e comportamentale, si occupa di problematiche emotive e comportamentali dell'età evolutiva e di formazione. Svolge attività clinica in ambito privato.

### IRENE C. MAMMARELLA

Professore associato di Psicologia dello sviluppo presso l'Università degli Studi di Padova. I suoi interessi di ricerca riguardano i disturbi del neurosviluppo. Fa parte del consiglio direttivo dell'AIPIA.

### CESARE CORNOLDI

Professore emerito dell'Università degli Studi di Padova, si occupa dello studio sperimentale dei processi mnestici e delle componenti cognitive, metacognitive e strategiche delle difficoltà di apprendimento.

€ 24,50



www.erickson.it



**MATERIALE ONLINE vai su:**  
**<https://risorseonline.erickson.it>**

# INDICE

|            |                                                                                                                                |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7</b>   | <b>Presentazione</b> (di Mario Di Pietro)                                                                                      |
| <b>9</b>   | <b>CAP. 1</b> Perché promuovere la competenza sociale                                                                          |
| <b>23</b>  | <b>CAP. 2</b> Il programma di intervento sulle abilità socio-relazionali                                                       |
| <b>41</b>  | <b>Bibliografia</b>                                                                                                            |
| <b>45</b>  | <b>SCHEDE OPERATIVE – GLI INCONTRI</b>                                                                                         |
| <b>47</b>  | <b>A</b> 12 Incontri di base                                                                                                   |
| <b>155</b> | <b>B</b> 4 Incontri supplementari per bambini con Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD)                        |
| <b>183</b> | <b>C</b> 4 Incontri supplementari per bambini con Disturbo dello Spettro Autistico ad Alto Funzionamento (HFA) + 1 facoltativo |
| <b>229</b> | <b>D</b> 4 Incontri supplementari per bambini con Disturbo Non Verbale (NLD)                                                   |
| <b>253</b> | <b>APPENDICE – SOCIAL SKILLS CHECKLIST</b>                                                                                     |



I materiali online sono accessibili su <http://risorseonline.erickson.it/>

Per visualizzarli e scaricarli basta registrarsi e inserire il codice di attivazione

## Perché promuovere la competenza sociale

Uno dei compiti più difficili che ogni bambino si trova a dover affrontare è, senza dubbio, sapersi relazionare con i coetanei. Per riuscire il bambino deve sapere, ad esempio, come entrare a far parte di un gruppo, come negoziare le regole di un gioco, cosa fare se un altro bambino lo prende in giro, gli dà una spinta o gli risponde che non vuole giocare insieme a lui.

Le relazioni con i pari diventano, con il passare del tempo, sempre più complesse: si passa dall'amico dei primi anni di vita alla formazione di gruppi più strutturati, con un aumento progressivo dell'importanza di ricevere consenso da parte dei pari per bambini e adolescenti. Molti bambini con difficoltà socio-relazionali vengono presi in giro dai coetanei, rimangono isolati e non sanno come interagire efficacemente. Spesso, quando provano a farlo, falliscono ma non capiscono il perché. In alcuni casi i fattori ambientali, i fallimenti passati, l'ansia o i sintomi depressivi possono giocare un ruolo cruciale. Per alcuni, invece, i gravi problemi di condotta impediscono di avere successo a livello sociale.

Numerose ricerche (Klin, Volkmar e Sparrow, 2000; Rourke, 1989; Semrud-Clikeman e Hynd, 1990) suggeriscono che un importante sottogruppo di bambini, competente in alcuni domini, può avere problemi nella competenza sociale perché ha difficoltà nell'assumere punti di vista diversi dal proprio, nel leggere le emozioni degli altri, oppure nella capacità di decifrare i segnali non verbali nelle interazioni sociali, come le espressioni del volto, l'intonazione della voce e i gesti. In modo particolare, questo sottogruppo include bambini con Disturbi dello Spettro Autistico (*Autism Spectrum Disorder*, ASD), Autismo ad Alto Funzionamento (*High Functioning Autism*, HFA), così come i bambini con Disturbo Non Verbale (*Non Verbal Learning Disabilities*, NLD).

Un altro gruppo di bambini che incontra spesso difficoltà nelle interazioni sociali è quello composto dai bambini con Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*, ADHD). Questi bambini possono non essere capaci di inibire le loro risposte abbastanza a lungo in modo non solo da elaborare e interpretare in modo accurato le informazioni presenti nell'ambiente sociale, ma anche da evitare di essere inopportuni e impulsivi nel rapporto con gli altri. Come risultato, possono rispondere a segnali ambientali generici (e non specifici) e stabilire una modalità di comportamento non appropriata alla situazione (Barkley, 1998); inoltre, possono essere particolarmente inclini a interpretare le azioni degli altri come ostili, anche quando in realtà le motivazioni altrui sono benevole. Non sorprende che le ricerche indichino che i bambini con questo tipo



di diagnosi frequentemente esperiscano rifiuto sociale, isolamento, interazioni negative sia con i pari che con gli adulti (Little, 1993), e anche vittimizzazione. Little (2002) ha riscontrato che un cospicuo campione di madri di bambini e adolescenti con Autismo o NLD riportavano un tasso di prevalenza di vittimizzazione pari al 94%. Tre quarti delle madri intervistate riportavano che i loro figli erano stati vittime di bullismo o picchiati da pari o fratelli nell'ultimo anno. Un terzo di questi bambini non era stato invitato a un compleanno, molti mangiavano da soli a pranzo a scuola e venivano scelti per ultimi per far parte di una squadra.

Chiaramente, alla luce di questi dati, c'è un urgente bisogno di programmi che sviluppino miglioramenti a lungo termine nella competenza sociale di questi bambini. Sebbene esistano molti interventi sulle abilità sociali per bambini, pochi hanno portato a una generalizzazione e a un mantenimento degli effetti a lungo termine (Teeter e Semrud-Clikeman, 1997). Questo risultato è in parte spiegato dal fatto che la maggior parte degli interventi sulle abilità sociali non si focalizza su specifici tipi di bisogni (Gresham, 1997). Infine, molti interventi presuppongono che i bambini possano percepire e integrare in modo accurato le informazioni non verbali, concentrandosi sulla formazione di risposte sociali appropriate.

Il nostro programma propone un approccio cognitivo-comportamentale per un piccolo gruppo ed è volto a migliorare la competenza sociale in bambini con Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività, Disturbo dello Spettro Autistico e con Disturbo Non Verbale. Il programma può essere applicato anche ad altri gruppi di bambini che, per problematiche diverse o anche senza alcuna diagnosi specifica, si trovano in difficoltà quando devono interagire con i pari.

Molti dei compiti e delle attività proposte sono nuove, o comunque create da noi e ispirate dai bambini con i quali abbiamo lavorato. Altre attività sono state adattate alla specifica popolazione di bambini a cui è rivolto il programma.

Di seguito verranno illustrati il concetto di competenza sociale, le caratteristiche specifiche della popolazione target a cui è rivolto il programma di intervento e i modelli teorici che lo hanno ispirato.

## **La competenza sociale e le sue diverse definizioni**

Dare una definizione unitaria di competenza sociale non è semplice. Diversi autori hanno cercato di delineare il costrutto partendo da molteplici prospettive teoriche e focalizzando di volta in volta l'attenzione su dimensioni psicologiche e abilità differenti in grado di qualificare la persona come «socialmente competente».

Un primo raggruppamento di definizioni concentra l'attenzione sulla relazione tra l'individuo e l'ambiente sociale. Golfried e D'Zurilla (1969) descrivono la competenza sociale come la capacità di fornire risposte individuali efficaci a specifiche circostanze di vita. In modo simile, White (1959) parla della competenza sociale come la capacità di interagire efficacemente con l'ambiente, mentre Trower (1982) la descrive come l'abilità di generare comportamenti adeguati. In linea con tali concettualizzazioni, ma ponendo in primo piano la dimensione relazionale della competenza sociale e il rapporto con l'altro, MacFall definisce la competenza sociale come un «giudizio espresso dagli altri sull'efficacia del proprio comportamento» (MacFall, 1982). Nella sua definizione è, quindi, l'altra persona a fornire un indicatore della competenza sociale come capacità individuale di essere efficace nel rapporto con l'ambiente. Al di là delle diverse precisazioni, da queste prime definizioni emerge una visione della competenza sociale basata

## Il programma di intervento sulle abilità socio-relazionali

### A chi è rivolto

Il nostro programma di intervento è stato pensato per essere applicato da psicologi e/o psicoterapeuti in contesto ambulatoriale di gruppo, con bambini di età compresa tra gli 8 e i 14 anni che presentano difficoltà nelle abilità socio-relazionali.

Le attività contenute all'interno del programma sono adatte a tutti quei bambini che non necessariamente possiedono una diagnosi ben definita, ma che incontrano difficoltà nelle interazioni con i pari. Nel programma, inoltre, sono presenti attività di approfondimento mirate per bambini che presentano profili di Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD), Disturbo dello Spettro Autistico ad Alto Funzionamento (HFA) e Disturbo Non Verbale (NLD). Queste attività di approfondimento non hanno la presunzione di rappresentare un percorso completo di trattamento per bambini con tali profili clinici, ma sono state concepite con lo scopo di potenziare in modo specifico la competenza sociale di questi soggetti e, per tale motivo, pensate come parte di un percorso di terapia necessariamente più ampio.

### Struttura del programma

Il programma è costituito da 12 incontri di base (Sezione A) comuni a tutti i bambini, a cui se ne possono aggiungere altri 4, specifici, invece, a seconda della tipologia di disturbo che il bambino presenta (Sezioni B, C, D). Ogni incontro — che contiene una serie di schede operative — ha una durata di 90 minuti e viene effettuato, preferibilmente, a cadenza settimanale.

Per i primi 6 incontri la finalità è che, in contesto gruppale, i bambini imparino a riconoscere le proprie emozioni e quelle dei loro pari, a esserne consapevoli, sentendosi allo stesso tempo liberi di poterle esprimere.

Di seguito vengono elencati gli obiettivi specifici associati a questa unità:

- verificare e definire il significato dei termini emozione e amicizia;
- insegnare ad apprezzare l'importanza dell'amicizia e dell'aiuto agli altri;
- ampliare il vocabolario emotivo relativo al rapporto con gli altri;
- incrementare la capacità di riconoscere le emozioni attraverso l'analisi delle espressioni facciali e della postura in situazioni sociali;
- insegnare a interpretare e usare gli aspetti pragmatici del linguaggio;



- aumentare la capacità di identificare e abbinare le emozioni a determinate situazioni sociali;
- far capire ai bambini che nella stessa situazione due persone possono provare emozioni diverse e di diversa intensità;
- introdurre il concetto di «mentalizzazione»;
- far comprendere il rapporto tra pensieri ed emozioni;
- potenziare la capacità di sapere entrare nella mente degli altri.

Gli altri 6 incontri hanno come scopo generale quello di potenziare le abilità sociali essenziali che permettono ai bambini di aumentare la frequenza e la qualità delle relazioni interpersonali e favorire la loro capacità di applicare abilità di problem-solving interpersonale efficaci.

Gli obiettivi specifici associati a questa seconda unità sono i seguenti:

- insegnare la capacità di riconoscere e applicare procedure di risoluzione in situazioni sociali problematiche;
- insegnare la capacità di comunicare in maniera assertiva;
- incrementare la capacità di dire di no;
- insegnare a fare e a rispondere alle critiche in modo efficace;
- aumentare l'abilità di fare apprezzamenti e ricevere complimenti;
- insegnare a rispondere alle prevaricazioni;
- insegnare come comportarsi di fronte a una situazione di bullismo che riguarda un compagno;
- incrementare la capacità di chiedere e dare aiuto;
- sviluppare la capacità di lavorare in gruppo in modo collaborativo.

Una descrizione più dettagliata dei 12 incontri di base e degli obiettivi associati a ognuno di essi viene riportata nella tabella 2.1.

TABELLA 2.1  
Incontri di base e obiettivi specifici (Sezione A)

| SEZIONE A – Incontri di base                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1° incontro:<br>Conosciamoci                      | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Favorire la conoscenza tra i partecipanti al gruppo</li> <li>– Introdurre alle finalità del programma</li> <li>– Verificare e definire il significato del termine amicizia</li> <li>– Favorire la creazione di un clima di collaborazione tra i partecipanti</li> </ul>                                                                          |
| 2° incontro: Alla scoperta delle emozioni         | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Verificare la conoscenza e definire il significato del termine emozione</li> <li>– Ampliare il vocabolario emotivo relativo al rapporto con gli altri</li> <li>– Insegnare a distinguere tra le sensazioni del corpo e le sensazioni del cuore</li> </ul>                                                                                        |
| 3° incontro: Riconosciamo le emozioni degli altri | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Potenziare la capacità di riconoscere le emozioni attraverso l'analisi delle espressioni facciali e della postura in differenti situazioni sociali</li> <li>– Insegnare a interpretare e usare gli aspetti pragmatici del linguaggio</li> </ul>                                                                                                  |
| 4° incontro: Misuriamo le emozioni sociali        | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Insegnare che le emozioni variano di intensità</li> <li>– Rendere i bambini consapevoli che nella stessa situazione due persone possono provare emozioni diverse e di diversa intensità</li> <li>– Stimolare la consapevolezza che la nostra mente esamina la realtà nelle situazioni positive e negative della vita, in modi diversi</li> </ul> |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5° incontro: Alla scoperta della mente sociale          | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Stimolare la consapevolezza che i pensieri che formuliamo in certe situazioni determinano le nostre emozioni e i nostri comportamenti</li> <li>– Insegnare a identificare il proprio dialogo interno in situazioni sociali</li> </ul>                                                                                                    |
| 6° incontro: Dentro la mente degli altri                | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– A partire dalle informazioni presenti nel contesto, potenziare nei bambini la capacità di comprendere i pensieri e i desideri che persone diverse possono avere rispetto allo stesso evento</li> <li>– Incrementare la capacità di saper entrare nella mente degli altri in situazioni sociali attinenti alla vita quotidiana</li> </ul> |
| 7° incontro: Alla ricerca delle soluzioni               | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Stimolare i bambini a riconoscere e identificare situazioni sociali problematiche</li> <li>– Insegnare una procedura di risoluzione dei problemi</li> <li>– Far applicare la procedura di risoluzione dei problemi in situazioni sociali difficili</li> </ul>                                                                            |
| 8° incontro: Impariamo a chiedere e a dire di no        | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Insegnare a identificare i 3 modi per esprimere i propri desideri</li> <li>– Insegnare a esprimere i propri desideri in modo assertivo</li> <li>– Aumentare la capacità di dire di no</li> </ul>                                                                                                                                         |
| 9° incontro: Evviva le critiche!                        | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Insegnare come fare una critica in modo efficace</li> <li>– Insegnare come rispondere a una critica in modo efficace</li> </ul>                                                                                                                                                                                                          |
| 10° incontro: Sapersi apprezzare e apprezzare gli altri | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Rendere i bambini più attenti a riconoscere le qualità presenti negli altri</li> <li>– Insegnare le modalità corrette per esprimere apprezzamento</li> <li>– Migliorare la capacità di ricevere un complimento</li> </ul>                                                                                                                |
| 11° incontro: Abbasso i bulli!                          | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aumentare la consapevolezza delle conseguenze del bullismo</li> <li>– Insegnare come rispondere alle prevaricazioni</li> <li>– Insegnare come comportarsi di fronte a una situazione di bullismo che riguarda un compagno</li> </ul>                                                                                                     |
| 12° incontro: Insieme è più bello!                      | <i>Obiettivi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Incrementare la capacità di chiedere aiuto</li> <li>– Insegnare a essere pro-sociali: riconoscere casi in cui c'è qualcuno che ha bisogno di aiuto</li> <li>– Sviluppare la consapevolezza dell'importanza di lavorare in gruppo in modo collaborativo</li> </ul>                                                                        |

Come accennato, è possibile predisporre degli incontri supplementari, specifici per ognuno dei gruppi clinici per cui il nostro programma di intervento potrebbe essere utile, ovvero per i bambini con profili di Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD), di Disturbo dello Spettro Autistico ad Alto Funzionamento (HFA) e Disturbo Non Verbale (NLD).

Questi incontri dovrebbero preferibilmente essere svolti dopo la serie di 12 incontri di base, comuni a tutti i bambini.

Per quanto riguarda i bambini con diagnosi di ADHD, sono stati ideati 4 incontri supplementari il cui scopo è principalmente quello di insegnare abilità utili a inibire la loro tendenza a rispondere e ad agire in modo impulsivo.

Nello specifico, gli obiettivi che sottendono alle attività contenute in questa unità sono principalmente i seguenti:

- rendere i bambini consapevoli del proprio comportamento impulsivo;
- far riconoscere le emozioni e le conseguenze che accompagnano un comportamento impulsivo;
- insegnare a parlare a se stessi.

Gli incontri supplementari per i bambini con diagnosi di HFA mirano, invece, a raggiungere i seguenti traguardi:

- aumentare la capacità di assumere comportamenti adeguati in base alle situazioni e alle persone con cui essi si relazionano;
- renderli consapevoli che esistono diversi punti di vista in riferimento a diverse situazioni;
- insegnare a esprimere il proprio punto di vista rispetto a un argomento e favorire l'accettazione di un'opinione diversa dalla propria;
- promuovere la capacità di ascolto empatico;
- migliorare la capacità di fare inferenze, di comprendere metafore e modi di dire e di comprendere l'ironia.

Solo per i bambini con profilo di HFA è stato ideato un quinto incontro, facoltativo, che mira a migliorare la loro capacità di previsione del comportamento altrui, indipendentemente dallo stato reale delle cose.

Infine, per i bambini con diagnosi di Disturbo Non Verbale abbiamo ideato 4 incontri supplementari volti a raggiungere i seguenti obiettivi:

- rendere i bambini consapevoli di quali sono i propri segnali fisiologici, cognitivi e comportamentali, che indicano reazioni di ansia intensa;
- insegnare alcune tecniche comportamentali per la gestione dei sintomi ansiosi (tecnica del respiro lento e rilassamento);
- insegnare a utilizzare in maniera efficace il linguaggio verbale e quello non verbale in una conversazione;
- rendere i bambini consapevoli di quali sono i fattori di resilienza presenti nella loro vita.

Una descrizione più dettagliata degli incontri supplementari e degli obiettivi associati a ognuno di essi viene riportata nella tabella 2.2.

TABELLA 2.2  
Incontri supplementari e obiettivi specifici (Sezioni B, C, D)

| SEZIONE B – Incontri supplementari per bambini con profilo di Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1° incontro: In fretta e furia                                                                                      | <p><i>Obiettivi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Rendere i bambini consapevoli del loro comportamento impulsivo</li> <li>– Insegnare ad analizzare le emozioni e le conseguenze comportamentali che accompagnano un comportamento impulsivo</li> </ul>                                          |
| 2° incontro: Alla scoperta del dialogo interno                                                                      | <p><i>Obiettivi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Introdurre ai bambini il concetto di autoistruzioni, ovvero insegnare l'interiorizzazione di autoistruzioni verbali che attivino il dialogo di fronte a situazioni «problema»</li> <li>– Insegnare ai bambini a parlare a se stessi</li> </ul> |
| 3° incontro: Le mie autoistruzioni                                                                                  | <p><i>Obiettivi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Introdurre le 3 autoistruzioni</li> <li>– Far applicare le 3 autoistruzioni in ambito familiare, scolastico e amicale</li> </ul>                                                                                                               |



## CONOSCIAMOCI

### → OBIETTIVI

Favorire la conoscenza tra i partecipanti al gruppo; introdurre alle finalità del programma; verificare e definire il significato del termine amicizia; favorire la creazione di un clima di collaborazione tra i partecipanti.

### → MATERIALE

Poster «Farsi amici» (Risorse online); schede A.1.1, A.1.2, A.1.3; cartellone; bende e segna-percorsi, gomitolo di lana.

**NOTA**: nel primo incontro è buona norma somministrare ai bambini la checklist (in Appendice) contenente l'elenco di abilità sociali sulle quali verteranno le attività del programma di potenziamento, al fine di ottenere una valutazione iniziale delle abilità possedute dai bambini prima di iniziare il percorso di gruppo. (Al termine del percorso è prevista la somministrazione ai bambini del medesimo questionario, al fine di valutare la misura del cambiamento percepito dai partecipanti al gruppo relativamente alla padronanza delle abilità sociali oggetto di trattamento). Si consiglia la somministrazione del questionario al termine del primo incontro, quando i bambini hanno raggiunto una maggiore confidenza e presumibilmente il livello di tensione esperito è diminuito. Chiedete ai genitori dei bambini di compilare una copia della versione per genitori del medesimo questionario all'inizio e al termine del percorso. Se possibile, chiedete anche alle insegnanti la compilazione della medesima checklist.



## Introduzione generale al programma

**Durata:** 5 minuti

**Modalità di svolgimento:** in gruppo

**A**ccogliete i bambini, chiedete di mettersi seduti in cerchio e indagate sui motivi per cui «per cui sono qui».

**D**ite: *Alcuni bambini sono a loro agio quando si trovano insieme ad altre persone, altri non sanno come farsi degli amici e come mantenere delle amicizie. Essere amici degli altri non è facile. Per fare questo servono delle abilità. Alcuni bambini hanno già queste abilità ma non sanno come e quando usarle, altri bambini, invece, le devono migliorare. Questi incontri avranno proprio l'obiettivo di aiutarvi a migliorare tutte quelle abilità che servono per avere degli amici e a farvi sentire più a vostro agio quando siete insieme ad altre persone.*

*Per fare questo ci incontreremo tutti insieme 1 volta alla settimana, per 90 minuti, in cui faremo tante diverse attività, come giochi, lettura di storie, visione di video e discussione, giochi di ruolo, attività di drammatizzazione. Ogni incontro sarà diviso in 3 parti: «Welcome», in cui verranno riepilogate brevemente le attività fatte nel precedente incontro, «Focus» in cui verranno fatte attività inerenti*

*all'argomento del giorno e, infine, «Goodbye» in cui verranno assegnate delle attività di allenamento sull'argomento affrontato e verrà eseguita l'attività di chiusura dell'incontro.*

**M**ostrare ai bambini il poster «Farsi amici» (scaricabile dalle Risorse online), in cui sono stati raffigurati i 12 incontri previsti dal percorso, spiegando che ogni tappa prevede l'insegnamento di una nuova abilità e che dopo ogni incontro, uno dei partecipanti, a turno, colorerà l'interno del disegno raffigurante la tappa appena completata. Come variante è possibile creare delle pedine da associare a ognuno dei partecipanti al gruppo e farle avanzare di volta in volta nella tappa appena conclusa, al termine di ogni incontro.

## Il gioco della conoscenza

*Durata: 15 minuti*

*Modalità di svolgimento: in gruppo*

**D**opo questa breve introduzione, proponete un gioco per favorire la conoscenza tra i partecipanti.

**R**itagliate i biglietti riportati sulla **scheda A.1.1**, inseriteli in un contenitore e dite ai bambini che ognuno di loro dovrà pescare un biglietto e rispondere a voce alta alla domanda che trovano scritta.

**L**e domande sono solo esemplificative, pertanto, il conduttore può utilizzare queste o integrarle o sostituirle con altre a seconda delle caratteristiche dei bambini del gruppo a cui vengono fatte.

**È** consigliabile inserire la domanda «Fai una domanda a chi vuoi tu» più volte, per favorire la capacità di interazione spontanea dei bambini.

## Comportamenti positivi e negativi

*Durata: 20 minuti*

*Modalità di svolgimento: in gruppo*

**D**ite: *Una delle abilità che impareremo nel corso dei nostri incontri sarà quella di riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri, sentendovi allo stesso tempo liberi di poterle esprimere. Pertanto, poiché confidare agli altri quello che si prova e che si pensa sarà una delle attività ricorrenti di questa unità, il rispetto dei sentimenti, dei pensieri e delle opinioni dei compagni è fondamentale. Secondo voi con quali comportamenti è possibile manifestare rispetto verso la persona con cui parliamo? E quali comportamenti, invece, manifestano mancanza di rispetto? Un esempio di comportamento che dimostra rispetto verso chi ci parla è, per esempio, ascoltare i compagni senza interromperli. Esempi di comportamenti negativi sono prenderli in giro e giudicarli.*

**S**ulla base delle risposte date dai ragazzi fate una breve lista e riportate i 3-4 comportamenti che i bambini ritengono più utili in un cartellone da appendere nella stanza.

**A**ffinché una regola risulti efficace, è necessario considerare i seguenti suggerimenti:

- le regole devono essere condivise con i bambini
- non bisogna superare le 3-4 regole
- la regola deve essere espressa sotto forma di proposizione e non di divieto
- le regole devono descrivere le azioni in modo operativo
- la regola deve essere semplice, chiara e breve
- le regole devono essere rappresentate anche con un disegno
- le regole devono essere poi trascritte su un cartellone, rendendole visibili ai bambini.



## Alla scoperta dell'amicizia

*Durata: 25 minuti*

*Modalità di svolgimento: in gruppo*

Chiedete ai bambini di riunirsi in cerchio e dite loro che ora gli leggerete una storia, dal titolo *La partita di calcio* ( **scheda A.1.2** ).

Al termine della lettura della storia proponete ai bambini una discussione di gruppo sul tema dell'amicizia. Ad esempio, potete porre ai bambini le seguenti domande.

- Nella prima parte del racconto Giacomo e Luca si comportano da amici tra di loro e verso gli altri?
- Perché il comportamento di Giacomo e Luca ha danneggiato la loro squadra e Simone?
- Come si comportano Giacomo e Luca nei confronti di Simone al termine del racconto? E nei confronti degli altri bambini in generale?
- Che caratteristiche deve avere secondo voi un amico per essere considerato tale?

Chiedete a ognuno di descrivere con 3 aggettivi un bambino che considerano loro amico.

## Percorso bendato

*Durata: 15 minuti*

*Modalità di svolgimento: a coppie o in gruppo*

Dividete i bambini a coppie e, una volta tracciato il percorso, bendate a turno un bambino, che deve raggiungere il punto prestabilito esclusivamente in base all'aiuto e alle indicazioni di un altro compagno. Dite agli altri partecipanti di parlare e ridere tra di loro, in modo da disturbare la comunicazione tra i due.

Al termine dell'attività chiedete ai bambini:

- È stato facile arrivare a destinazione? Cosa vi ha aiutato a raggiungere la meta?
- In quali altre situazioni è necessario l'aiuto di altre persone?

Al termine della discussione dite che, per chi era impegnato nel percorso, il compagno che offre aiuto è un amico che ha rinunciato alle chiacchiere della compagnia per assisterlo. Di seguito viene proposta una variante di questa attività per i casi in cui ci sono molti partecipanti nel gruppo.

Dividete i bambini in due gruppi: ogni gruppo manda a turno un proprio componente bendato a compiere il percorso. I due concorrenti devono percorrere il tracciato partendo dalle estremità opposte della stanza, mentre le indicazioni vengono gridate contemporaneamente dai componenti delle due squadre. Per ogni percorso cronometrate il tempo impiegato da ogni concorrente di ciascuna squadra per completare il tragitto. La squadra vincitrice sarà quella che impiega complessivamente il minor tempo per portare a termine il percorso (il tempo totale di ogni squadra sarà dato dalla somma del tempo impiegato da ognuno dei concorrenti per percorrere il tragitto).

Al termine di questo gioco proponete la stessa riflessione suggerita alla fine dell'attività precedentemente illustrata. È possibile integrare questa attività con quelle supplementari proposte di seguito.

## IL GIOCO DELLA CONOSCENZA



1° Incontro

### SCHEDA A.1.1

|                                                                     |                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fai uno sport?<br>Se sì, quale?                                     | Qual è la materia che ti piace di più?                                                      |
| Qual è il tuo animale preferito?                                    | Qual è il tuo cantante preferito?                                                           |
| Qual è il tuo programma<br>tv/film preferito?                       | Di' una cosa che non ti piace fare.                                                         |
| Cosa ti piace fare nel tempo libero?                                | Cosa ti piace fare<br>insieme ai tuoi amici?                                                |
| Qual è la materia che ti piace meno?                                | Fai una domanda a chi vuoi tu.                                                              |
| Qual è la stagione dell'anno che<br>preferisci? Spiega perché.      | Chi è il tuo miglior amico/a? Cosa ti<br>piace di lui/lei?                                  |
| Qual è un libro che ti è piaciuto<br>leggere?                       | Hai mai cucinato qualcosa da solo?<br>Se no, che cosa ti piacerebbe<br>imparare a cucinare? |
| Di che colore è la tua cameretta?<br>Descrivila brevemente.         | Hai un animale domestico?<br>Se no, quale animale<br>ti piacerebbe avere?                   |
| Ti piace di più andare in vacanza al<br>mare o in montagna? Perché? | Descrivi te stesso usando tre parole.                                                       |



## LA PARTITA DI CALCIO



### SCHEDA A.1.2

**I**n un piccolo paese di montagna vivevano due bambini: Giacomo e Luca. Entrambi avevano 10 anni ed erano grandi appassionati di calcio.

Nell'ultimo mese tutti i pomeriggi, dopo aver fatto i compiti, si allenavano a pallone nel campo dell'oratorio perché il torneo di calcio della scuola si sarebbe svolto dopo poche settimane.

Nonostante la passione che li accomunava, i due bambini litigavano spesso perché ognuno sosteneva di essere il più bravo a giocare e non perdeva occasione per criticare il compagno. Inoltre, non permettevano agli altri bambini di allenarsi con loro perché ritenevano che nessuno fosse altrettanto bravo.

La loro squadra, «I Giaguari», arrivò senza problemi alla finale. Non c'era dubbio, Giacomo e Luca erano davvero dei fuoriclasse, i più bravi di tutta la scuola: Giacomo era il più veloce a correre, mentre Luca tirava lunghi e potenti tiri.

Nell'ultima e decisiva partita ognuno di loro voleva dimostrare di essere il migliore, dimenticando così di far parte di una squadra dove tutti si aiutano e diventano un unico gruppo. Mancavano pochi minuti al termine della partita, che era ancora in pareggio 0-0, quando Giacomo iniziò a correre con il pallone verso la porta. Luca a quel punto cercò in tutti i modi di impossessarsi della palla: tutti e due volevano fare il goal della vittoria.

Ad un certo punto si mise davanti a loro Simone, un bambino della squadra avversaria, che venne travolto e buttato a terra. Il piccolo Simone si mise a piangere e tutti gli altri bambini iniziarono a ridere di lui.

Solo in quel momento Giacomo e Luca si resero conto che il loro comportamento sciocco aveva ferito Simone, soprattutto nei sentimenti e che, inoltre, aveva danneggiato la loro squadra, in quanto nessuno dei due era riuscito a fare goal.

Grazie all'intervento del loro saggio allenatore, che li prese da parte e li aiutò a rendersi conto di ciò che avevano provocato con il loro comportamento, Giacomo aiutò Simone a rialzarsi e Luca gli passò la palla. Simone poté così correre verso la porta e segnare il goal che portò la sua squadra a vincere il torneo.

Da quel giorno Simone divenne amico di Giacomo e Luca e tutti e tre, da veri amici, iniziarono a giocare nella stessa squadra, aiutandosi e incitandosi a vicenda e arrivando a diventare, così, l'attacco più forte di tutti i tornei.

Giacomo e Luca continuarono a trovarsi tutti i giorni al campo dell'oratorio per allenarsi, ma insieme a Simone e a tutti coloro che desideravano giocare insieme a loro per divertirsi e per passare del tempo in allegria.

## LE EMOZIONI

2° Incontro



### SCHEDA A.2.1

**S**crivi all'interno dei rettangoli tutti i termini che indicano emozioni che ti vengono in mente.



## SENSAZIONI DEL CORPO E SENSAZIONI DEL CUORE

2° Incontro

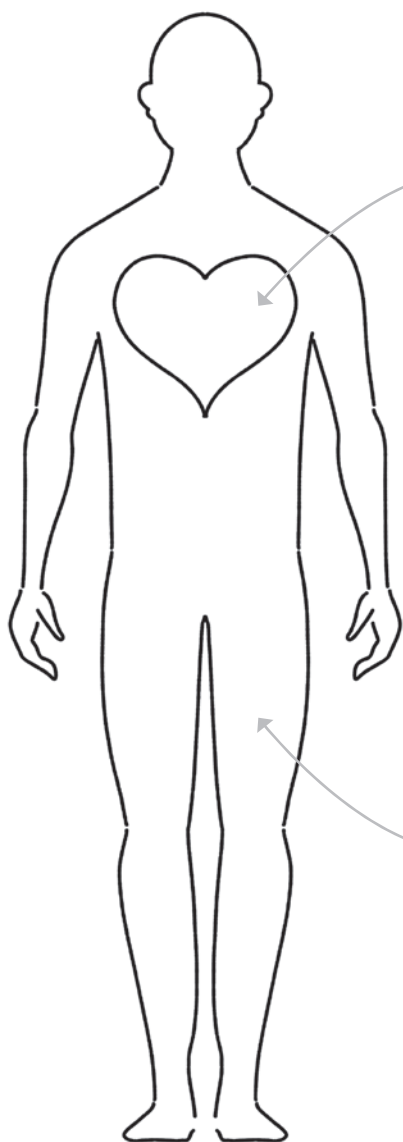


### SCHEDA A.2.2

**D**i seguito trovate un elenco di sensazioni: alcune si riferiscono alle emozioni, altre alle sensazioni che proviamo nel nostro corpo.

paura – mal di pancia – stanchezza – noia – terrore – prurito – sorpresa – timidezza –  
rossore – mal di testa – solletico – tachicardia – meraviglia – ansia – tristezza –  
desolazione – euforia – nausea – gelosia – sonnolenza – rabbia – disprezzo

**I**nserite i termini che si riferiscono alle emozioni all'interno dello spazio che corrisponde al cuore e i termini che si riferiscono alle sensazioni fisiche all'interno dello spazio che corrisponde al corpo.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---