

## Prefazione all'edizione italiana

È con grande piacere che presentiamo l'edizione italiana di "Funzioni esecutive. Il programma *Unstuck and On Target!* dagli 11 ai 15 anni per supportare flessibilità, pianificazione e organizzazione". Questo volume, frutto del lavoro di un team di esperti del Children's National Hospital di Washington D.C., della George Washington University e di altre istituzioni di prestigio negli Stati Uniti, rappresenta una risorsa preziosa per educatori, genitori e professionisti che lavorano con adolescenti neurodivergenti con difficoltà di funzionamento esecutivo.

Questo libro rappresenta il seguito naturale, e un prezioso ampliamento, del programma originale *Unstuck and On Target!*, già pubblicato nel 2023 in italiano con il titolo "Funzioni esecutive. Il programma *Unstuck and on Target!* per migliorare flessibilità, pianificazione e organizzazione". Mentre la versione originale del programma è rivolta a bambini con difficoltà di funzionamento esecutivo che frequentano gli ultimi anni della scuola elementare (età 8-11 anni) questa nuova edizione è appositamente pensata e strutturata per rispondere alle esigenze degli adolescenti con difficoltà di funzionamento esecutivo che frequentano le scuole medie e i primi anni delle scuole superiori. Le modifiche apportate al programma originale sono basate sulle ricerche più recenti nel campo del funzionamento esecutivo e mirano a rendere il programma ancora più efficace e rilevante per questa specifica fascia d'età.

Le funzioni esecutive sono un insieme di abilità cognitive fondamentali che consentono agli individui di controllare il proprio comportamento e di raggiungere i propri obiettivi. Queste abilità includono l'iniziazione, l'inibizione, la flessibilità, la memoria di lavoro, l'organizzazione, la pianificazione e l'autocontrollo. Le difficoltà nelle funzioni esecutive sono transdiagnostiche, ovvero possono manifestarsi in una varietà di condizioni come l'autismo, l'ADHD, l'ansia e altre diagnosi correlate. Sono cruciali non solo per il successo scolastico, ma anche per lo sviluppo emotivo, sociale e lavorativo, nonché per le autonomie personali. Le funzioni esecutive permettono di affrontare compiti complessi, di adattarsi a situazioni nuove e di gestire le proprie emozioni e relazioni interpersonali in modo efficace.

Il programma *Unstuck and On Target!* (età 11-15) è progettato per migliorare queste abilità nei giovani adolescenti, attraverso metodi educativi semplici e basati sulla ricerca. Il programma è composto da 24 argomenti, da svolgere nel corso di un anno scolastico o di una parte di esso.

Il programma è pensato per essere somministrato in piccoli gruppi di massimo 10-12 ragazzi, con incontri settimanali o anche più frequenti, se necessario. Le attività e i programmi sono adattabili per coinvolgere al meglio i partecipanti. È importante che i conduttori condividano le tecniche insegnate con altri educatori, insegnanti, terapisti e familiari per rafforzare le competenze acquisite dai ragazzi.

Ciò che contraddistingue i programmi *Unstuck and On Target!* è il fatto che abbiano accumulato, nel corso del tempo, numerose prove di evidenza a sostegno della loro efficacia attraverso studi randomizzati controllati, soprattutto rispetto all'intervento sulle abilità di funzionamento esecutivo di bambini e ragazzi nello spettro dell'autismo. Un altro aspetto distintivo dei programmi *Unstuck and On Target!* è il loro approccio strategy-based. A differenza della maggior parte dei programmi process-based, che si concentrano essenzialmente sull'allenamento intensivo dei processi cognitivi interni, i programmi *Unstuck and On Target!* si concentrano principalmente sull'insegnamento di strategie esplicite e concrete (script) per aiutare i bambini e i ragazzi a migliorare le loro funzioni esecutive. Questo approccio rende il programma estremamente accessibile e immediatamente applicabile nella vita quotidiana dei ragazzi. Le strategie insegnate sono facili da comprendere e da utilizzare, permettendo ai partecipanti di vedere rapidamente i benefici e di sentirsi motivati a continuare a utilizzare queste nuove competenze.

La metodologia si basa sull'uso di parole-chiave, supporti visivi e strategie di generalizzazione che facilitano l'apprendimento e l'applicazione delle abilità di funzionamento esecutivo in vari contesti. I conduttori sono incoraggiati a creare un ambiente di apprendimento positivo e motivante, utilizzando elogi specifici e mantenendo un atteggiamento flessibile e divertente.

Un altro punto di forza di questo programma è la completa dotazione di materiali necessari per portare avanti l'intervento. Oltre al manuale, il programma include workbook per studenti, genitori e insegnanti,

---

numerosi PowerPoint e un poster principale da esporre durante le sessioni, che possono essere usati anche come promemoria visivi a scuola e a casa.

Questi materiali aggiuntivi sono progettati per supportare l'apprendimento e l'implementazione delle strategie insegnate, facilitando una maggiore coerenza e continuità nell'applicazione delle competenze acquisite lungo tutti i contesti di vita.

Il programma *Unstuck and On Target!* è stato sviluppato per essere utilizzato principalmente all'interno del contesto scolastico. Tuttavia, in Italia spesso risulta difficile implementare tali programmi nelle scuole poiché non sono presenti classi differenziali come quelle esistenti in altri Paesi. Per questo motivo, oltre a valutare attentamente l'impatto delle diverse parole-chiave nella traduzione, abbiamo provveduto a un adattamento del programma per renderlo più facilmente somministrabile non solo come protocollo scolastico, ma anche all'interno di contesti clinici. Questo adattamento permette di utilizzare il programma in una varietà di ambienti, garantendo che i benefici possano essere estesi a un pubblico più ampio di adolescenti che necessitano di supporto e di un intervento concreto per migliorare il loro funzionamento esecutivo.

Il programma è stato sviluppato con il contributo di giovani adolescenti e prevede attività significative, interessanti ed ecologicamente valide per questa fascia d'età. I ragazzi vengono motivati nel corso dell'intervento a riflettere sull'importanza delle competenze presentate, ad adattare le parole-chiave ai loro interessi personali e a mettere in pratica le abilità in diversi contesti per trasformarle in abitudini consolidate.

Un ringraziamento speciale va agli autori John F. Strang, Lauren Kenworthy, Lynn Cannon, Katie C. Alexander, Monica Adler Werner, Cara E. Pugliese e Laura Gutermuth Anthony, che con la loro esperienza, dedizione e grande disponibilità hanno reso possibile la realizzazione di questo progetto. Le ringraziamo inoltre per le collaborazioni avviate con loro, che ci hanno permesso di utilizzare in anteprima i protocolli all'interno del nostro centro clinico CuoreMenteLab, Impresa Sociale, dove abbiamo condotto gruppi e ricerche relativamente all'applicazione di questi programmi nel contesto italiano. Il loro lavoro, insieme al contributo di numerosi collaboratori e famiglie, rappresenta un passo significativo verso il miglioramento della qualità della vita degli adolescenti con difficoltà nelle funzioni esecutive.

Siamo convinti che questo manuale offrirà strumenti utili per sviluppare le capacità di pianificazione, flessibilità e organizzazione dei ragazzi, contribuendo così al loro successo personale e scolastico. Auguriamo a tutti coloro che utilizzeranno questo programma un'esperienza formativa ricca e gratificante.

**David Vagni, Marco Cadavero, Davide Moscone**

## Autori

**John F. Strang, Psy.D.**, è professore associato di neurologia, psichiatria, scienze comportamentali e pediatria presso la George Washington University School of Medicine, nonché neuropsicologo e direttore del programma su gender e autismo presso il Children's National Hospital di Washington, D.C. Il dottor Strang ha conseguito la laurea triennale e la magistrale presso l'Università del Michigan e il dottorato in psicologia clinica presso la George Washington University. La sua ricerca si concentra sullo sviluppo degli adolescenti, compreso l'impatto delle differenze nel funzionamento esecutivo sulla capacità dei giovani di difendere efficacemente le proprie esigenze. Il dottor Strang è un esperto di autismo e sviluppo del genere, compresa la comune intersezione tra autismo e diversità di genere. I metodi di ricerca partecipativa basati sulla comunità, che prevedono la collaborazione con i membri della comunità autistica per definire le priorità di ricerca, sono al centro del lavoro del dott. Strang che si identifica come neurodivergente ed è felice del fatto che diversi membri della sua famiglia sono autistici.

**Lauren Kenworthy, Ph.D.**, è professoressa di neurologia, pediatria e psichiatria presso la George Washington University School of Medicine, è a capo della divisione di neuropsicologia e direttore del centro per i disturbi dello spettro autistico del Children's National Hospital. La dottoressa Kenworthy ha conseguito la laurea presso la Yale University e il dottorato presso l'Università del Maryland. I suoi interessi di ricerca riguardano la descrizione, il supporto e il trattamento dei fenotipi neuropsicologici nell'autismo. È autrice di oltre 85 pubblicazioni *peer-reviewed* e di tre manuali di trattamento, nonché coautrice del *Behavior Rating Inventory of Executive Function* (BRIEF). Ha partecipato a più di 25 progetti di ricerca finanziati relativi al funzionamento esecutivo, alla valutazione del trattamento e allo sviluppo infantile.

**Lynn Cannon, M.Ed.**, è specialista dell'apprendimento sociale presso la Ivymount School e la Maddux School. Ha conseguito una laurea magistrale in pedagogia speciale presso l'Università della Virginia. Per oltre 15 anni ha lavorato come educatrice, amministratrice e direttrice di programmi al servizio di ragazzi con disturbi del neurosviluppo. Cannon è anche coautrice di *Solving Executive Function Challenges: Simple Ways to Get Kids with Autism Unstuck and on Target* (Paul H. Brookes Publishing Co., 2014), una guida alle risorse per educatori e genitori; *The Conversation Club* (Autism Asperger Publishing Company, 2018), un manuale di istruzioni per insegnare le abilità di conversazione ai ragazzi con disturbi del neurosviluppo; e IvySCIP, uno strumento di valutazione per lo sviluppo di programmi educativi individualizzati e una risorsa curricolare per bambini con disturbi del neurosviluppo. I suoi interessi di ricerca e insegnamento riguardano lo sviluppo di interventi e materiali di supporto per ragazzi con disturbi del neurosviluppo e per le loro famiglie, terapisti ed educatori.

**Katie C. Alexander, OTD, M.S., OTR/L**, è terapeuta occupazionale e ricercatrice clinica. La dottoressa Alexander ha conseguito la laurea triennale e quella post-professionale presso la University of Kansas Medical Center. Per quasi vent'anni si è specializzata in interventi comunitari e scolastici per individui con disturbi del neurosviluppo e ha ricoperto il ruolo di direttrice del programma *Model Asperger Program* presso la Ivymount School. I suoi interessi clinici e di ricerca riguardano lo sviluppo di interventi e supporti che migliorino la vita quotidiana degli individui neurodivergenti e delle loro famiglie. Attraverso il suo lavoro di autrice e conferenziere nazionale, la dottoressa Alexander si impegna a migliorare le pratiche collaborative e basate sull'evidenza scientifica in tutte le discipline professionali.

**Monica Adler Werner, M.A.**, è una counselor che lavora in uno studio privato nell'area di Washington. In precedenza, è stata direttrice del *Model Asperger Program* (MAP) presso la Ivymount School. In tale veste, ha guidato lo sviluppo di un programma di apprendimento sociale che enfatizza il *problem solving*, la *self-advocacy* e l'auto-regolazione, mantenendo i ragazzi in linea con le aspettative accademiche. È coautrice della prima edizione di *Unstuck and On Target!* (Paul H. Brookes Publishing

---

Co., 2011) e di *Solving Executive Function Challenges: Simple Ways to Get Kids with Autism Unstuck and on Target* (Paul H. Brookes Publishing Co., 2014). È coautrice di numerosi articoli e poster sul lavoro con i bambini con sindrome di Asperger/autismo senza disabilità intellettiva. Prima di entrare a far parte dello staff della Ivymount School, la Werner ha co-fondato il Take2 Summer Camp, un programma progettato per sperimentare l'applicazione di programmi di abilità sociali basati sull'evidenza scientifica. Monica Werner ha conseguito la laurea triennale presso l'Università della Pennsylvania e la magistrale presso la Johns Hopkins University. Ha completato i corsi per il conseguimento della certificazione come *Board Certified Behavior Analyst* (BCBA).

**Cara E. Pugliese, Ph.D.**, è professoressa associata di psichiatria, scienze comportamentali e pediatria presso la George Washington University School of Medicine e psicologa clinica presso il Center for Autism Spectrum Disorders del Children's National Hospital. La dott.ssa Pugliese ha conseguito la laurea presso l'Università di Richmond e il dottorato presso il Virginia Polytechnic Institute and State University. La dottoressa Pugliese è specializzata nella valutazione e nel trattamento di bambini e adolescenti con disturbi dello spettro autistico, con particolare attenzione alla transizione all'età adulta. I suoi interessi di ricerca includono lo sviluppo, la valutazione, l'implementazione e la diffusione di interventi basati sull'evidenza scientifica in contesti comunitari per ridurre le disparità nell'accesso alle cure e migliorare la qualità della vita degli individui autistici. In tale contesto, apprezza i metodi di ricerca partecipativa basati sulla comunità e le partnership con gli *stakeholder* per garantire che gli interventi siano significativi, basati sui punti di forza e coinvolgenti. La dott.ssa Pugliese è autrice o coautrice di oltre 20 pubblicazioni e ha ricevuto o partecipato a 10 borse di studio con finanziamento esterno.

**Laura Gutermauth Anthony, Ph.D.**, è professoressa presso la Divisione di psichiatria infantile e dell'adolescenza, Dipartimento di Psichiatria, University of Colorado School of Medicine, e psicologa presso il Children's Hospital of Colorado. La dott.ssa Anthony ha completato un programma di dottorato a doppio titolo in psicologia clinica e dello sviluppo presso l'Università dell'Illinois, a Chicago, nel 1997. Ha concentrato la maggior parte della sua ricerca e del suo lavoro clinico sui bambini con disturbi del neurosviluppo ed è autrice o coautrice di oltre 75 pubblicazioni. Ha inoltre ricevuto o partecipato a 32 borse di studio con finanziamento esterno. Ha una formazione e un'esperienza specifica nell'utilizzo di metodi di ricerca partecipativa su base comunitaria e partnership per sviluppare interventi, contestualizzare e diffondere i risultati, e implementare i risultati nella comunità. Nel 2021 è stata nominata per la prima volta dirigente di ricerca nell'ambito della salute mentale dei bambini e degli adolescenti presso l'Università del Colorado.

## Informazioni sui materiali online

“Funzioni esecutive. Il programma *Unstuck and On Target!* dagli 11 ai 15 anni per supportare flessibilità, pianificazione e organizzazione” include anche alcuni materiali online per integrare e ampliare le conoscenze e le strategie fornite in questo manuale. Gli acquirenti del libro possono accedere, scaricare, e stampare le schede di lavoro, i poster e i file PowerPoint per scopi educativi.

I materiali online comprendono:

- Un workbook in formato digitale per i ragazzi, disponibile in formato PDF compilabile.
- Un workbook in formato digitale per i genitori.
- Un workbook in formato digitale per gli insegnanti.
- Due poster in formato digitale, disponibili in formato PDF pronti per la stampa e come file di PowerPoint.
- 21 file di PowerPoint relativi alle singole sessioni.

Per accedere ai materiali forniti con questo libro è necessario collegarsi al sito <http://funzioniesecutive.edizioniedra.it> e seguire le indicazioni riportate sulla seconda di copertina.

# Introduzione

## OBIETTIVO DI QUESTO MANUALE

“Funzioni esecutive. Il programma *Unstuck and On Target!* dagli 11 ai 15 anni per supportare flessibilità, pianificazione e organizzazione” è un piano d’azione per insegnare ai ragazzi come sviluppare le loro funzioni esecutive in aree chiave, tra cui la flessibilità, il pensare al quadro generale, la pianificazione, il compromesso e l’autocontrollo<sup>1</sup>.

## CHI BENEFICERÀ DI QUESTO INTERVENTO?

*Unstuck and On Target!* (età 11-15) è pensato per ragazzi di età compresa tra gli 11 e i 15 anni che hanno difficoltà con le abilità di funzionamento esecutivo, tra cui la flessibilità, l’organizzazione e la pianificazione. Può essere particolarmente utile per ragazzi autistici e per quelli con deficit di attenzione/ipertattività (ADHD), ansia o altre diagnosi correlate.

## CHI DOVREBBE UTILIZZARE QUESTO PROGRAMMA?

*Unstuck and On Target!* (età 11-15) è stato progettato per essere utilizzato in piccolo gruppo, con un massimo di 10-12 ragazzi. Si tratta di un programma adatto a contesti scolastici, clinici o comunitari e può essere somministrato in sessioni giornaliere o settimanali condotte da un professionista di seguito definito conduttore (per esempio, un insegnante, uno psicologo, un educatore, un logopedista, un terapista occupazionale, un counselor o un operatore educativo altamente qualificato). Coloro che somministrano questo programma dovrebbero leggere l’intero manuale e avere esperienza di lavoro con ragazzi con diverse esigenze di apprendimento, oltre a comprendere le tecniche di rinforzo positivo.

## CHE COSA SONO LE FUNZIONI ESECUTIVE?

Le funzioni esecutive sono un insieme di abilità cognitive che aiutano le persone a controllare il proprio comportamento (per esempio, rimanere seduti alla scrivania) e a raggiungere i propri obiettivi (per esempio, portare a termine un’attività che prevede più passaggi, come prepararsi per la scuola). Le funzioni esecutive sono composte da diverse abilità, tra cui:

- **Iniziazione:** iniziare a fare qualcosa in modo semplice e veloce.
- **Inibizione:** dimostrare controllo degli impulsi e pensare prima di agire.
- **Flessibilità:** passare facilmente da un’attività o un’idea a un’altra ed essere in grado di accettare un modo diverso di vedere o fare le cose.
- **Memoria di lavoro:** tenere a mente le informazioni mentre si svolge un compito, come ricordare le indicazioni stradali mentre si guida verso la destinazione.
- **Organizzazione:** tenere traccia dei materiali, capire qual è il punto principale, vedere il quadro generale e sapere qual è la priorità maggiore in un determinato momento.

<sup>1</sup> Il programma originale è *school-based* e cioè pensato per essere erogato a scuola direttamente dagli insegnanti. Si tratta di una modalità molto comune nel mondo anglosassone e che ben si presta alle specificità del loro sistema scolastico e formativo per quel che riguarda i ragazzi con bisogni educativi speciali. Sebbene i Curatori e gli Autori dell’opera originale ritengano che questa versione del programma *Unstuck and On Target!* possa facilmente essere implementata anche in contesti scolastici dagli insegnanti italiani delle scuole medie si è voluto dare al volume un respiro maggiore parlando genericamente di ragazzi, conduttori e di gruppi in luogo di studenti, insegnanti e classi poiché il suo contesto principale di somministrazione in ambito italiano rimane per l’appunto quello dei gruppi clinici portati avanti da psicologi ed educatori in orario extrascolastico. (N.d.C.)

- **Pianificazione:** sviluppare, realizzare e modificare un piano d'azione per un compito a più fasi, come un progetto scientifico.
- **Autocontrollo:** tracciare le proprie prestazioni ponendosi domande come "Come sto andando?" e "Sto facendo quello che dovrei fare?".

## PERCHÉ INSEGNARE LE ABILITÀ DI FUNZIONAMENTO ESECUTIVO?

Le funzioni esecutive sono alla base di tutti gli aspetti della nostra vita e sono particolarmente importanti per la scuola e l'apprendimento. Con l'avanzare dell'età, aumentano le richieste di queste abilità, in quanto i ragazzi sono chiamati a svolgere una quantità crescente di lavoro indipendente e a collaborare con successo con i loro compagni. Aumenta anche il numero di compiti che richiedono un pensiero astratto e flessibile e alle scuole medie i ragazzi devono generare autonomamente strategie organizzative, come strutturare un documento o una presentazione, prendere appunti e sviluppare approcci per apprendere e studiare in modo indipendente. Fortunatamente, le abilità di funzionamento esecutivo possono essere insegnate con tecniche piuttosto semplici. *Unstuck and on Target! (età 11-15)* si avvale di metodi educativi semplici e basati sulla ricerca per migliorare le capacità esecutive dei giovani adolescenti.

## COME QUESTO PROGRAMMA AIUTA A INSEGNARE LE ABILITÀ DI FUNZIONAMENTO ESECUTIVO

Sebbene le abilità di funzionamento esecutivo costituiscano la base di alcuni dei comportamenti umani più complessi (per esempio, pianificare il futuro e rispondere in modo flessibile a un mondo che cambia), esse sono di per sé abbastanza facili da insegnare.

Il programma *Unstuck and on Target! (età 11-15)* è composto da 24 argomenti, che si dovrebbero svolgere nel corso di un anno scolastico (o di una parte di esso). Abbiamo intenzionalmente usato il termine "argomenti" invece di "sessioni" in modo che, se necessario, i conduttori possano estendere un argomento oltre il singolo periodo di una sessione. Abbiamo incoraggiato i conduttori a pensare agli argomenti come a "capitoli", ognuno dei quali può richiedere del tempo per essere affrontato con il gruppo. Alcuni argomenti richiedono chiaramente più sessioni, come indicato all'inizio del capitolo. Raccomandiamo di dedicare tempo sufficiente per affrontare il materiale della prima unità del programma, in modo che i ragazzi si sentano a proprio agio con i concetti di base, le parole-chiave e le varie tecniche. Anche il tempo che il conduttore dedica alla lettura e alla preparazione dei sette argomenti dell'Unità 1 è fondamentale e consentirà un'implementazione fluida del programma *Unstuck and on Target! (età 11-15)*. Questo non è un tipo di programma che può essere condotto in modo efficace senza aver letto e preparato l'argomento prima della sessione.

**Nota:** alcuni argomenti possono richiedere la raccolta di materiali aggiuntivi che non si trovano tipicamente in un centro clinico, in classe o a scuola.

Ecco le tecniche chiave utilizzate nel programma *Unstuck and on Target! (età 11-15)* per supportare le capacità esecutive dei ragazzi:

- **Il programma dovrebbe essere somministrato in piccoli gruppi.** Il programma dovrebbe essere condotto in piccoli gruppi di massimo 10-12 ragazzi. I gruppi dovrebbero incontrarsi almeno una volta alla settimana o più spesso, se necessario. I programmi e le attività di ogni argomento sono importanti, anche se è possibile adattare ogni argomento per coinvolgere al meglio i partecipanti. Per esempio, i conduttori sono incoraggiati a semplificare il linguaggio se questo dovesse risultare troppo complesso per i partecipanti al gruppo. Il conduttore è anche incoraggiato a condividere le tecniche insegnate nelle sessioni di *Unstuck and on Target! (età 11-15)* (in particolare le parole-chiave e i supporti visivi) con gli altri educatori, gli insegnanti, gli operatori e i terapisti nonché con i terapisti e i familiari dei ragazzi, in modo da rafforzare le competenze (si vedano le linee guida su come "incoraggiare la generalizzazione" riportate di seguito).
- **Incorporare le parole-chiave.** La componente più critica di questo programma è l'uso delle parole-chiave. Si tratta di un insieme di parole o frasi brevi e accattivanti che rendono esplicite le abilità di base insegnate nel programma. Le parole-chiave sono state pensate per essere facilmente incor-

porate nelle sessioni, nelle conversazioni, nella risoluzione dei problemi e nella vita quotidiana. I conduttori devono cercare di utilizzare il più possibile le parole-chiave, idealmente impiegando una delle parole o espressioni in ogni frase pronunciata ai ragazzi. I ragazzi devono essere incoraggiati a utilizzare le parole-chiave, e le relative abilità che richiamano, autonomamente e in tutti i contesti, sia a scuola che a casa. Lodate e premiate i vostri ragazzi quando usano le parole-chiave e tenete un elenco delle parole e delle frasi presenti e visibili in ogni momento per ricordare a tutti di usarle. Le parole-chiave vengono introdotte man mano che si va avanti nel programma, ma assicuratevi di continuare a usare le parole introdotte nelle sessioni precedenti ogni volta che potete, in modo che al termine del programma tutte le parole e le frasi-chiave siano utilizzate regolarmente.

- **Utilizzare i supporti visivi per ricordare i punti chiave.** Le persone che hanno difficoltà nel funzionamento esecutivo spesso traggono beneficio dall'uso di supporti visivi che le aiutino a ricordare l'uso delle abilità. *Unstuck and on Target! (età 11-15)* è un programma ricco di immagini, con PowerPoint relativi a ogni argomento e un poster principale che il conduttore deve esporre e consultare durante ogni sessione. Il poster e le schede di lavoro possono anche essere esposti come promemoria visivi a scuola e a casa.
- **Incoraggiare la generalizzazione.** Le persone con difficoltà legate alle funzioni esecutive spesso faticano a ricordarsi di usare le loro abilità in contesti diversi da quelli in cui le hanno apprese. Per esempio, possono ricordarsi di usare le loro nuove abilità durante le sessioni di *Unstuck and on Target! (età 11-15)*, ma possono avere difficoltà a usarle a scuola e a casa senza che venga loro ricordato di farlo. Poiché le parole-chiave contenute in questo programma sono facilmente utilizzabili in molti contesti, i terapeuti dei ragazzi possono incorporare queste parole e frasi nelle loro sessioni. Anche gli insegnanti sono incoraggiati ad affiggere i supporti visivi presenti in *Unstuck and on Target! (età 11-15)* in classe. Inoltre, alla fine di ogni argomento, i genitori, gli insegnanti e ciascun componente della squadra del ragazzo (come per esempio operatori domiciliari, terapeuti ecc.) riceveranno delle guide<sup>2</sup> per la generalizzazione a casa e a scuola che incoraggiano l'uso delle parole-chiave, delle abilità e dei supporti visivi durante le routine quotidiane a casa e a scuola.
- **Mantenere un atteggiamento positivo e divertente.** Componenti fondamentali per migliorare le funzioni esecutive sono la capacità e la motivazione dei ragazzi nell'utilizzare spontaneamente le abilità apprese grazie al programma in diversi ambiti della loro vita. Il compito dei conduttori è quello di aiutare i ragazzi ad apprezzare le parole-chiave e le abilità sviluppate presentandole in modo positivo e divertente.
- **Evitare di usare le parole-chiave in modo negativo, critico o punitivo,** altrimenti i ragazzi potrebbero non apprezzare tali parole e abilità. Le ricerche dimostrano che, quando i conduttori danno prova di flessibilità e positività, questo atteggiamento viene rispecchiato dai ragazzi. Una formula semplice per alimentare la positività nella somministrazione del programma consiste nell'utilizzare almeno quattro frasi di elogio specifiche (o gesti o altri modi di comunicare apprezzamento) per ogni correzione o comando. Le frasi di elogio devono identificare chiaramente ciò che il ragazzo ha fatto bene. Ecco alcuni esempi:

*"David, mi piace molto il modo in cui usi il Piano A/Piano B. Un lavoro fantastico!"*

**(elogio #1)**

*"Sono orgoglioso di questo gruppo: avete trovato un ottimo compromesso."*

**(elogio #2)**

*"Bel lavoro, David, è stato un pensiero flessibile."*

**(elogio #3)**

*"Ottimo lavoro." (seguito da un pollice in su)*

**(elogio #4)**

2 Data l'impostazione *school-based* del programma originale e la necessità di una somministrazione in contesti prettamente clinici per quanto riguarda l'edizione italiana, i Curatori, sul modello delle "Guide per la generalizzazione a casa" proposte dagli Autori, hanno sviluppato per ciascun argomento delle "Guide per la generalizzazione a scuola" che il lettore italiano troverà sia direttamente all'interno del manuale che all'interno dei materiali online nonché raccolte all'interno del workbook per gli insegnanti, sempre all'interno dei materiali online. (N.d.C.)

*“David, puoi aiutarci a trovare un Piano B? Sembra che il nostro gruppo sia un po’ bloccato.”*

**(una correzione, presentata in modo semplice e positivo)**

Successivamente, offrire una frase di elogio per mantenere un rapporto di 4:1 tra elogi e correzioni.

- **Obiettivo: la motivazione dei ragazzi.** Il programma *Unstuck and on Target!* (età 11-15) è stato sviluppato con l’aiuto di giovani adolescenti e le attività sono state concepite per essere significative e interessanti per questa fascia d’età. Le modifiche e le aggiunte al programma sono benvenute se aumentano la motivazione e il coinvolgimento dei partecipanti. Ecco alcune tecniche motivazionali che possono essere utili:
- **Concentrarsi sul “perché”.** Una parte centrale di ogni argomento consiste nel dare ai ragazzi la possibilità di riflettere e discutere sul perché le competenze presentate siano importanti. Portando queste competenze su un piano di riflessione personale, i ragazzi sono in grado di considerare come esse siano rilevanti per la loro vita attuale e per quella futura. Esaminando il motivo per cui un’abilità è importante, l’adolescente si motiva a utilizzarla.
- **Usare l’umorismo e stimolare il divertimento.** L’umorismo può essere un modo efficace per entrare in contatto con i vostri ragazzi e per coinvolgerli nell’uso delle loro nuove capacità esecutive. Poiché i ragazzi hanno idee diverse su cosa sia divertente, potrebbe essere necessario usare per ogni singolo ragazzo la forma di umorismo più appropriata.
- **Adattare le parole-chiave e le abilità.** All’inizio concentratevi su di voi, piuttosto che sui problemi e le difficoltà dei vostri ragazzi. In seguito, quando i vostri ragazzi si sentiranno più a loro agio con le parole-chiave e le relative abilità, potrete iniziare a usarle per affrontare le loro difficoltà. Concentrarsi sui propri problemi all’inizio toglie pressione ai ragazzi e permette loro di iniziare ad apprendere le parole-chiave e le relative abilità senza sentirsi criticati o sotto esame. Se i ragazzi possono aiutarvi a risolvere i vostri problemi (reali o inventati che siano), hanno una grande opportunità di mettere in pratica le abilità e di apprezzare quanto possano essere potenti. Per esempio, se il vostro Piano A prevedeva di guardare un video con il gruppo, ma Internet non funzionava, potreste dire che vi sentite bloccati e chiedere al gruppo stesso di aiutarvi a trovare un Piano B (per esempio, guardare il video durante la sessione successiva).
- **Utilizzare materiali, supporti visivi, attività ed esempi che siano in linea con gli interessi dei ragazzi.** Per esempio, se uno ragazzo ha un interesse particolare per i computer, può rispondere bene se le parole-chiave vengono tradotte e adattate al mondo dei computer. Si potrebbe dire: *“Quando sono bloccato è come quando il mio computer si impalla. Allora devo essere flessibile e resettare”.*
- **Collegare le parole-chiave, le abilità e le attività a un qualcosa che abbia un autentico potere motivazionale nella vita dei vostri ragazzi.** Per esempio, se i vostri ragazzi sono motivati dalla giustizia sociale, potrebbero essere ispirati dall’obiettivo di raccogliere fondi per i rifugiati. Se un ragazzo ha una passione per l’astronomia, collegate l’Equazione del Potere al suo sogno di diventare un astronomo: *“Il tuo obiettivo è diventare un astronomo. La scienza è una delle competenze necessarie. Avrai anche bisogno di flessibilità, di pensare al quadro generale e di pianificare”, oppure “Ottimo lavoro con il Piano B, Luca; sei un passo più vicino a diventare un astronomo”.*
- **Ridurre la complessità del linguaggio.** L’uso di supporti visivi semplici aiuta i giovani con difficoltà nelle funzioni esecutive. I lunghi periodi di conversazione e l’uso di un linguaggio più complesso non riescono a coinvolgere i ragazzi come l’uso delle parole-chiave e dei supporti visivi. **Nota:** poiché i supporti visivi troppo complessi possono essere fonte di sovraccarico e di confusione per alcuni ragazzi, mantenete i supporti visivi semplici e diretti. Se il gruppo è sufficientemente interessato, i ragazzi possono anche contribuire a progettare e creare i loro supporti visivi.
- **Utilizzare il Power Plan<sup>3</sup>.** Ogni sessione inizia e termina con un Power Plan. Questo supporto visivo è l’essenza dell’approccio di *Unstuck and on Target!* (età 11-15): Obiettivo-Perché-Piano-Controllo<sup>4</sup>. Il Power Plan definisce l’obiettivo e il relativo piano per raggiungerlo all’inizio di ogni sessione. Alla fine della sessione, i ragazzi possono verificare se hanno seguito il loro piano e discutere del perché l’obiettivo era importante. Infine, il Power Plan aiuta i ragazzi ad accorgersi se si stanno allontanando dall’obiettivo o si stanno bloccando.

- **Concentrarsi sul fare piuttosto che sul sapere.** Anche se ci sono molti concetti chiave da insegnare, la parte più importante del programma è la pratica (cioè, l'esercizio) delle abilità in molti contesti diversi. Se i ragazzi ritengono di conoscere già le abilità (per esempio, "so cos'è il compromesso" o "so come si pianifica qualcosa"), cambiate l'obiettivo e fate in modo che queste abilità diventino abitudini, dicendo qualcosa del tipo: "So che sai come si pianifica qualcosa e che hai già fatto un'ottima pianificazione. Questa sessione è dedicata ad acquisire l'abitudine di pianificare le cose in diversi aspetti della vostra vita, in modo da essere più efficaci. Usiamo questa abilità per pianificare il tuo tema di italiano".
- **Pensare nei termini di "non posso" invece che "non voglio".** La chiave del successo di *Unstuck and on Target!* (età 11-15) è il concetto di "non posso" in luogo di quello di "non voglio". Purtroppo, i ragazzi alle prese con le difficoltà di funzionamento esecutivo sono spesso etichettati in molti modi negativi (per esempio, pigri, maleducati, rigidi) quando in realtà il problema sono le loro reali differenze neurologiche. Se ci accorgiamo che un ragazzo non può, o non può ancora, fare qualcosa, insegniamo le abilità e le strategie di *Unstuck and on Target!* (età 11-15), trasformando i "non posso" in "posso". L'idea di base è quella di abbandonare le definizioni del comportamento dei ragazzi come intenzionale o disobbediente e di concentrarsi invece sulla neurodivergenza dei ragazzi e su come si configurano a livello individuale i loro punti di forza e di debolezza.

Tabella A.1. Motivi dei comportamenti inattesi

Quello che sembra <i>non voglio</i> ...	In realtà potrebbe essere <i>non posso ancora</i>
"Oppositivo, testardo"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rigidità cognitiva</li> <li>• Sforzo di proteggersi per evitare il sovraccarico</li> </ul>
"Può farlo quando vuole"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficoltà a passare da una cosa all'altra</li> <li>• Difficoltà a prestare attenzione a ciò che gli altri ritengono importante</li> <li>• Piccoli cambiamenti nelle richieste possono influenzare drasticamente le prestazioni</li> </ul>
"Egocentrico"; "Non si preoccupa di ciò che pensano gli altri"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficoltà nel problem solving sociale</li> <li>• Difficoltà nel comprendere i sottili indizi sociali</li> </ul>
"Non ci prova nemmeno"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficoltà a iniziare qualcosa (iniziazione)</li> <li>• Ridotta capacità di pianificazione e difficoltà nel generare nuove idee</li> </ul>
"Non riesce a mettere su carta le sue idee migliori"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Scarsa motricità fine</li> <li>• Difficoltà a organizzare i pensieri in modo che abbiano senso per chi legge</li> </ul>
"Sciatto, incostante"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemi di monitoraggio/controllo</li> <li>• Sovraccarico</li> <li>• Difficoltà nel controllo degli impulsi</li> </ul>
"Non riesce a controllare gli scatti d'ira"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sovraccarico</li> <li>• Difficoltà di inibizione o nel controllo degli impulsi</li> </ul>
"Preferisce stare da solo"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Insufficiente cognizione sociale</li> <li>• Ha bisogno di una pausa dall'elaborazione di informazioni sociali complesse</li> <li>• Il sistema di rinforzo sociale funziona in modo diverso (cioè, è meno motivato socialmente)</li> </ul>
"Non si preoccupa di ciò che è importante"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità naturale di concentrarsi sui dettagli, ma presenta maggiori difficoltà a vedere il quadro generale o le priorità degli altri</li> </ul>

3 Letteralmente traducibile dall'inglese con "piano del potere". I Curatori dell'edizione italiana hanno intenzionalmente scelto di non tradurre alcune parole in questo protocollo poiché maggiormente efficaci in lingua originale e perché vicine al lessico utilizzato dalla maggior parte degli adolescenti. (N.d.C.)

4 Uno script simile è presente anche nel programma originale di *Unstuck & On Target* (Edra, 2023). Per essere più facilmente ricordato dai bambini nella fascia d'età 8-11 anni l'acronimo del programma originale *Goal, Why, Plan, Do, Check* (GWPDC) era stato tradotto in italiano con: Scopo, Motivazione, Architetture un piano, Realizzare, Tenere d'occhio (SMART). In questa versione del programma, essendo i destinatari adolescenti nella fascia d'età 11-15 anni, è stato scelto dai Curatori di adottare una traduzione maggiormente fedele all'originale. (N.d.C.)

**Un'ultima potente idea:** gli sviluppatori di questo programma, insieme agli adulti autistici, agli educatori, ai genitori e ai terapisti che lo hanno utilizzato, considerano le abilità e le parole-chiave di *Unstuck and on Target! (età 11-15)* come utili non solo per i ragazzi, ma anche per loro stessi. Per esempio, la routine del Piano B è uno strumento potente per una persona di qualsiasi età, in grado di aiutarla a gestire situazioni inaspettate e/o difficili (per esempio, dimenticare il portafoglio, bucare una gomma). Tenendo presente questo, i conduttori sono invitati ad applicare queste abilità nella loro vita di tutti i giorni e ad adattare in modo che tali abilità e parole-chiave possano rappresentare una realtà di vita per i loro ragazzi. Condividendo alcune delle vostre difficoltà in termini di flessibilità e pianificazione, nonché il modo in cui state lavorando per applicare le abilità e le parole-chiave del programma *Unstuck and on Target! (età 11-15)* nella vostra vita, collaborate davvero con i vostri ragazzi e, in questo modo, avete l'occasione di imparare insieme.