

## **Lo Sviluppo dell'Autonomia Cognitiva** *un approccio "Ecologico"*

**Savelli E., Canuti S., Rinaldi P., Fabbri P., Gambuti E..**

*Centro Ritardo Mentale - AUSL Rimini*

**Rimini 2 aprile 2008**

### **Il concetto di AUTONOMIA COGNITIVA**

- Costrutto complesso con numerose sfaccettature
- Concetto ancora poco definito e poco indagato
- Confini scarsamente delineati
- Potenzialmente molto rilevante
- Ampliare i gradi di libertà del concetto corrente di autonomia



**Carattere esplorativo dello studio**

### *...il punto di partenza*

“...il livello di sviluppo cognitivo e di autonomia da loro raggiunto non sarebbe stato neanche lontanamente ipotizzabile soltanto pochi anni fa.

In questa nuova situazione di potenzialità, almeno in parte ancora inesplorate, appare difficile potere stabilire i limiti all'interno dei quali lo sviluppo delle persone Down si possa realizzare...”

*(Contardi e Vicari, 1994)*

### *E' possibile colmare il ritardo evolutivo?*

- Miglioramento della salute e allungamento delle prospettive di vita
- Importanza dei programmi di stimolazione precoce
- Importanza dell'integrazione scolastica
- Miglioramento delle pratiche educativo/riabilitative



**Aumento dell'AUTONOMIA**

### **Lo sviluppo dell'AUTONOMIA**

L'obiettivo dell'AUTONOMIA costituisce il denominatore comune, e anche il fine ultimo di qualunque progetto educativo, sia a breve che a lungo termine, nei diversi contesti di vita (scuola, famiglia, tempo libero, ecc.) per la sua indiscussa:

- Rilevanza sociale
- Valore ecologico
- Qualità della vita

### **Il concetto di AUTONOMIA**

E' chiaro che lo sviluppo dell'AUTONOMIA è continuamente intrecciato con l'evoluzione delle abilità in diverse aree:

- dello sviluppo motorio
- dello sviluppo cognitivo
- dello sviluppo linguistico-comunicativo
- dello sviluppo affettivo, emotivo, sociale



- **sviluppo dell'AUTONOMIA PERSONALE**

Le persone con Sindrome di Down costituiscono una categoria piuttosto eterogenea rispetto ai livelli evolutivi che raggiungono nelle diverse aree dello sviluppo:

- motorio
- cognitivo
- linguistico-comunicativo
- affettivo-emotivo
- sociale

Ogni facile generalizzazione deve quindi essere presa con estrema cautela. Tuttavia, la ricerca ci aiuta a capire a che punto siamo in questi diversi domini e quali specificità o atipie presentano le persone Down.

## **SVILUPPO MOTORIO**

**La maggior parte dei bambini con Sindrome di Down, anche a causa dell'ipotonìa muscolare, presenta un ritardo nelle tappe dello sviluppo motorio e conquistano più tardi la deambulazione autonoma (generalmente dopo i 18 mesi).**

**Il ritardo può comunque essere contenuto con adeguati programmi di rieducazione psicomotoria precoce, e viene colmato nei primi anni di vita. Maggiori difficoltà persistono nel controllo della motricità fine e della coordinazione bi-manuale.**

## **SVILUPPO COGNITIVO**

**Pur in presenza di un'ampia variabilità nei profili individuali di sviluppo, il livello cognitivo generale resta ritardato e, da un punto di vista qualitativo, nell'ottica piagetiana, non raggiunge lo stadio del pensiero "Ipotetico-Deduttivo", e solo parzialmente quello delle operazioni concrete.**

**Generalmente si osserva una migliore capacità nelle rappresentazioni e nelle elaborazioni visuo-spaziali, rispetto a quelle cognitive-linguistiche.**

**Specialmente carenti risultano la Memoria di Lavoro e più in generale le abilità Metacognitive, necessarie alla elaborazione di strategie, alla pianificazione, al monitoraggio e alla capacità di regolazione attentiva.**

## **SVILUPPO LINGUISTICO-VERBALE**

**La sfera dello sviluppo linguistico-verbale è quella più pervasivamente e specificamente compromessa nella Sindrome di Down, interessando sia la produzione che la comprensione.**

**Tutte le tappe dello sviluppo linguistico, dalla comparsa delle prime parole, alle prime piccole frasi, allo sviluppo del vocabolario e della corretta pronuncia delle parole risultano marcatamente ritardate.**

**Anche in questo caso, i programmi di stimolazione precoce e di presa in carico Logopedica possono accelerare il corso delle acquisizioni, ma raramente riescono a colmare il *gap*, che persiste anche in età più avanzate.**

## **SVILUPPO COMUNICATIVO**

**Nonostante le significative difficoltà che i bambini con Sindrome di Down incontrano nello sviluppo linguistico-verbale, il ritardo è meno accentuato in altre modalità comunicative, come ad esempio quella mimica e gestuale.**

**In generale, i bambini Down presentano una buona intenzionalità comunicativa e riescono a compensare il deficit verbale con una buona espressività sul piano mimico-gestuale.**

**In alcuni casi, è stato osservato che favorendo lo sviluppo del canale mimico-gestuale, già nei primissimi anni, si riusciva ad accelerare (e non a ritardare!) lo sviluppo del linguaggio verbale.**

## **SVILUPPO AFFETTIVO-EMOTIVO-SOCIALE**

**Lo sviluppo affettivo nei bambini Down, è strettamente correlato al livello dello sviluppo cognitivo, e alla loro età mentale più che quella cronologica.**

**Questo dato è importante ai fini dello sviluppo delle autonomie, perché fin dai primi anni di vita i segnali che normalmente regolano l'interazione sociale potrebbero automaticamente indurre nel genitore, o nel *care-giver*, atteggiamenti di tipo esageratamente protettivo.**

**Non va infine dimenticato lo stress iniziale dei genitori e l'impatto che può avere sui legami primari di attaccamento.**

**Nel tempo comunque, la maggior parte delle persone Down riesce ad adattarsi bene ai diversi contesti della vita sociale, ma il loro grado di responsabilità personale resta limitato.**

## **SVILUPPO delle AUTONOMIE**

**Anche lo sviluppo delle autonomie procede abbastanza di pari passo con lo sviluppo nelle altre aree, e da un certo punto in particolare, con lo sviluppo cognitivo generale.**

**Tipicamente, lo sviluppo delle autonomie può essere visto come un percorso progressivo di affrancamento dalla dipendenza dall'adulto per la soddisfazione dei propri bisogni e dei propri desideri, che è reso possibile dalla acquisizione di numerose abilità, che costituiscono l'armamentario di strumenti necessari per un buon adattamento al proprio ambiente.**

**Ogni tappa di questo percorso può essere concepita come un gradino che, una volta salito, apre nuove prospettive e nuovi spazi per la conquista di autonomie successive.**

### **La conquista dell'Autonomia**

**...come gerarchia  
nella acquisizione di  
sempre nuove abilità  
e livelli di autonomia**



Sempre più spesso capita di incontrare persone Down:

- di buon livello intellettuale (QI=60-70)
- con percorsi scolastici che arrivano fino alle superiori
- con discreti livelli di acquisizione delle abilità didattiche di base (leggere, scrivere, fare di conto, ecc.)
- con livelli abbastanza elevati di autonomie pratiche nella vita quotidiana

Cosa manca a queste persone per essere completamente autonome? e

Esiste un limite invalicabile oltre il quale non si può andare?

Analizzando i protocolli della Scala Vineland (una scala che valuta il comportamento adattivo delle persone) si osserva che, per questi ragazzi più evoluti, le aree di debolezza restano confinate a quegli item che chiamano in gioco processi decisionali in “campo aperto”, il cui esito non è del tutto prevedibile in anticipo, in quanto non rientra in un corso ripetitivo e invariante di azioni o *routine* quotidiane

Alcuni esempi sono:

- Ha obiettivi realistici a lunga scadenza e descrive dettagliatamente i piani per raggiungerli
- Dimostra di capire che è pericoloso accettare passaggi, cibo o denaro da persone sconosciute
- Digita all'occorrenza numeri telefonici di emergenza
- Mette da parte i soldi per acquistare almeno un oggetto
- Sa pianificare le sue spese settimanali, mensili...
- Gestisce il proprio denaro senza bisogno di aiuto
- Arriva al lavoro in orario
- Avvisa se prevede di arrivare in ritardo
- Partecipa ad alcuni giochi da tavolo che richiedono abilità e capacità di prendere decisioni
- Valuta da solo le conseguenze delle sue azioni prima di prendere una decisione

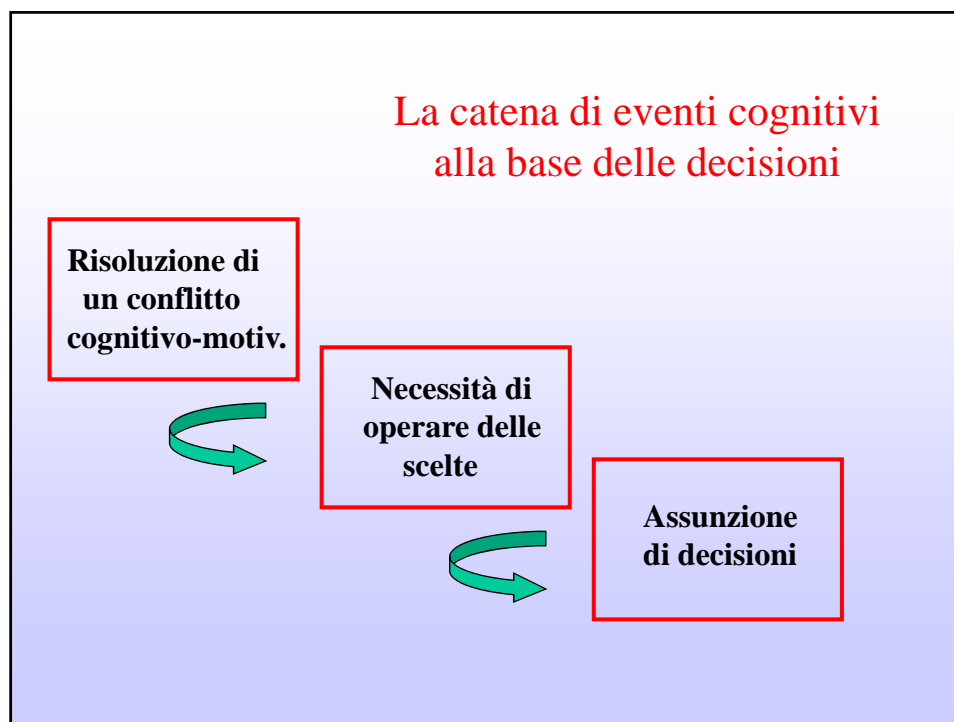
### **Il concetto di AUTONOMIA COGNITIVA**

Il concetto di *Autonomia Cognitiva* si riferisce proprio alla capacità di assumere decisioni.

Decidere è un'attività cognitiva complessa che implica livelli di consapevolezza crescenti in relazione al tipo di decisione che deve essere preso; una consapevolezza che riguarda:

- i propri stati interni (bisogni fisiologici e psicologici)
- i propri stati mentali (processi cognitivi)

Decidere significa “risolvere un conflitto” tra uno stato interno (bisogno percepito) e il corso di azione per modificare la realtà esterna in modo da soddisfarlo.....



### **Il concetto di AUTONOMIA COGNITIVA**

La decisione, come la memoria e l'attenzione, può essere considerata nel senso piagetiano come un "operatore invisibile", di cui non ci accorgiamo ma che agisce pervasivamente nel funzionamento cognitivo e influenza quasi ogni aspetto della vita quotidiana.

In questo senso, essa è trasversale al raggiungimento di tutte le autonomie pratiche che sono gli obiettivi manifesti del lavoro educativo.

## La conquista dell'Autonomia.....Cognitiva



### Alcuni esempi...

#### II CAMMINO

La visione di un giocattolo preferito non raggiungibile può creare nel bambino un utile stato di “conflitto” cognitivo-emotivo-motivazionale, necessario a fargli decidere di assumere un determinato assetto posturale (posizione eretta) per raggiungerlo...

#### II VESTIARIO

Coinvolgere il bambino nella scelta dei capi, oltre a favorire la motivazione a vestirsi, contribuisce a promuovere la sua percezione dell'identità personale...

#### ANDARE A FAR SPESA

Coinvolgere il bambino nella decisione di cosa comperare, dove andare a comperarlo, come arrivarci, ecc., lo mette nella condizione di partecipare al processo decisionale, in tutte le sue fasi, sviluppandone il senso di responsabilità...

### **Il concetto di AUTONOMIA COGNITIVA**

La differenza sta nel diverso modo di raggiungerli e nel grado di consapevolezza richiesto al soggetto nell'operare le scelte che stanno alla base delle decisioni.

Anche un'attività complessa, come ad esempio “*fare delle compere*” richiede come minimo:

- apprezzare una necessità
- valutare come soddisfarla
- pianificare un corso di azione
- eseguire in una sequenza ordinata i vari passaggi

### **Il concetto di AUTONOMIA COGNITIVA**

Molte situazioni della vita quotidiana possono quindi essere viste come dei *Problem Solving*\* (si veda ad esempio, Zelazo et al., 1997), che offrono al genitore un'occasione naturale di fare esercitare il bambino ad affrontarli, resistendo alla tentazione di diventare lui stesso il terminale di tutte le soluzioni, ma piuttosto incoraggiandolo con domande del tipo: “Come si può fare?” (pianificazione), limitandosi magari ad aiutarlo nella “fase esecutiva” di realizzazione dello scopo.

- Fanno eccezione tutte quelle attività *routinarie*, che ormai sono state sovrapprese dal bambino, si ripetono in modo abbastanza prevedibile, e non richiedono l'applicazione di nuovi schemi di azione.

Cocettualizzare le situazioni della vita quotidiana come *Problem Solving* ci aiuta a rendere esplicita la natura del compito e a poterlo scomporre nelle sue diverse fasi:

- **la Rappresentazione del problema**  
(definire la natura del problema aiuta a selezionare gli schemi appropriati alla sua soluzione)
- **la Pianificazione**  
(definire in anticipo la catena di azioni per raggiungere lo scopo, sganciandola dalla esecuzione materiale)
- **la Realizzazione**  
(o fase esecutiva in cui le diverse azioni necessarie sono eseguite in sequenza, in relazione a un modello mentale)
- **il Monitoraggio**  
(in cui il piano esecutivo viene continuamente valutato in relazione allo scopo, ed eventuali deviazioni portano alla correzione on-line dell'esecuzione → *flessibilità cognitiva*)

### **Sviluppare l'AUTONOMIA COGNITIVA**

Lavorare sulla decisione può essere un'attività a costo zero!

E' possibile infatti, simulare il "processo decisionale", inizialmente anche con l'ausilio di una guida esterna, prima di intraprendere il corso di azione reale che deriva dalle decisioni.

Questa metodologia può essere applicata anche ad attività relativamente complesse, che implicano parecchie scelte e decisioni concatenate tra loro.

Ogni decisione può essere definita come un'"unità logica" del tipo "Se...allora...", e un'attività complessa, come ad esempio "fare la spesa" può essere scomposta in una sequenza concatenata di unità "Se...allora...".

### Esempio di scomposizione della struttura logica di...

.....FARE UNA TORTA

“Se il burro c’è, *allora* non serve comperarlo”

“Se voglio fare una torta, *allora* mi serve il latte”

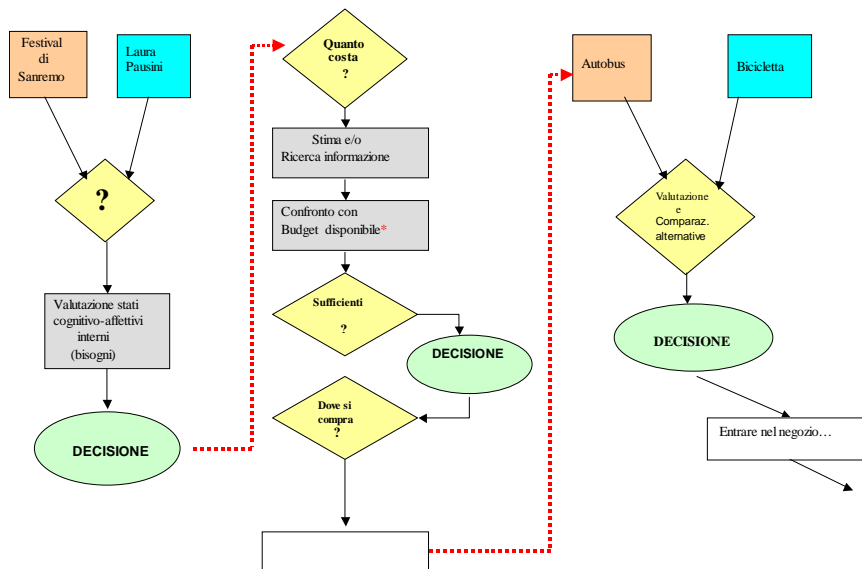
“Se il latte è finito, *allora* dobbiamo comperarlo”

“Se serve il latte (*e* sono già le 19,30), *allora* la latteria è chiusa, *e quindi* dobbiamo andare al Supermarket”

“Se voglio comprare il latte, la farina, le uova, ecc., *allora* mi servono almeno 20 euro, *altrimenti*...”

Questa esplicitazione della struttura logica delle scelte e delle decisioni sottostanti all’attività del preparare una torta può essere schematizzata nella forma più compatta di un “Diagramma a Blocchi” che rende immediatamente visibile la struttura gerarchica dei livelli decisionali.

### Esemplificazione di ... COMPRARE UN CD ...



### **Sviluppare l'AUTONOMIA COGNITIVA**

Anche se noi normalmente siamo abituati a prendere decisioni in poche frazioni di secondo, spesso in modo implicito e del tutto inconsapevole, è importante rendere esplicita la “struttura cognitiva” di un compito, anche di quelli che possono sembrare più banali, e.....

..... prendersi il tempo che è necessario per lavorare sui singoli passaggi, quando vogliamo insegnare questa abilità a persone che altrimenti non riuscirebbero a cogliere la catena delle operazioni cognitive che in numerose azioni della vita quotidiana stanno dietro ai processi decisionali.

### **Limiti allo sviluppo dell'AUTONOMIA COGNITIVA**

Rendere esplicità, e favorire quindi la consapevolezza della struttura logica sottostante ad attività complesse può contribuire a sviluppare quelle forme di pensiero Logico-Deduttivo che secondo molti autori costituiscono un limite irraggiungibile della crescita intellettuale nelle persone Down (Vianello e Marin, 1989).

Ma la sfida che abbiamo accettato all'inizio ci spinge almeno a tentare di dare una possibile risposta al quesito "Esiste un limite invalicabile oltre cui non si può andare?", e ad esplorare cosa sta al di là di queste "colonne d'Ercole" dello sviluppo intellettuale e dell'autonomia personale.

### **Sviluppare l'AUTONOMIA COGNITIVA**

In questo senso lo sviluppo dell'*Autonomia Cognitiva* è un metodo di lavoro più che un obiettivo astratto.

Un metodo che rientra a pieno titolo nella famiglia dei metodi e delle strategie "Metacognitive", la cui finalità è quella di favorire, attraverso una induzione esplicita, la generazione di rappresentazioni, schemi e modelli mentali; quelli che ordinariamente sono alla base dell'agire umano, ma che spesso restano ad un livello implicito e scarsamente definito nelle persone con Ritardo Mentale.

Alla base di questa metodologia sta l'*analisi cognitiva* (ancor più che comportamentale) del compito, e la scelta di applicarlo a situazioni *ecologiche* della vita quotidiana più che a compiti e situazioni artificiali.

### **L'ANALISI COGNITIVA del compito**

L'analisi cognitiva delle attività della vita quotidiana costituisce quindi, da un lato un passaggio obbligato per comprendere dove si annidano le difficoltà che possono rendere maledettamente complicato eseguire in autonomia compiti in apparenza così banali come "*apparecchiare la tavola*" o "*preparare il caffè*";

dall'altro, questo è un ambito in cui molte di queste attività sono state minuziosamente segmentate negli "atomi" di comportamento manifesto che le costituiscono, ma restano ancora largamente inesplorate nei loro costituenti cognitivi: vale a dire, quali informazioni mi occorrono per sapere come "*apparecchiare la tavola*" o "*preparare il caffè*".

### **L'ANALISI COGNITIVA del compito**

L'importanza di questi passaggi può essere poco visibile, in quanto normalmente eseguiamo queste *routine* in pieno automatismo, come il “*guidare la macchina*”, anche se in una certa epoca della nostra vita, tutti abbiamo dovuto pensarci un po' su prima di agire.

Per una persona con Ritardo Mentale questo automatismo può faticare a svilupparsi, e l'analisi cognitiva del compito ci aiuta a capire dove stanno gli ostacoli che producono l'ingolfamento informativo e bloccano il sistema cognitivo che elabora le informazioni.

### **L'ANALISI COGNITIVA del compito**

Anche se riconoscere la complessità dietro a queste semplici attività della vita quotidiana può risultare abbastanza difficile e controintuitivo, un grosso contributo ci viene dallo studio neuropsicologico dei pazienti con lesioni acquisite, in cui il sistema cognitivo viene selettivamente lesionato in qualche suo componente mentre tutto il resto continua a funzionare perfettamente.

Diventa allora possibile osservare pazienti con lesioni “*frontali*” che perdono la capacità di eseguire una *routine* motoria semplicissima come “*accendersi una sigaretta*”.

Applicare uno strumento concettuale e metodologico così potente come l'analisi cognitiva del compito può fornire un importante contributo allo sviluppo della autonomie.

### **Analisi dei requisiti COGNITIVI del compito**

Per esempio, un obiettivo complesso come l'abilità di fare la spesa può essere scomposto in numerosi sotto-oggettivi, che nel loro insieme costituiscono un intero corso di matematica "pratica":

- ✓ classificare gli oggetti da acquistare (in categorie e sotto-categorie)
- ✓ stimarne il prezzo e poi compararlo a quello reale
- ✓ seriare i diversi prezzi (dal minore al maggiore)
- ✓ stabilire proporzioni tra i diversi prezzi e le diverse quantità
- ✓ preventivare e calcolare un costo totale degli acquisti

### **Ecologia dell'AUTONOMIA COGNITIVA**

Ognuna di queste operazioni formali ha un riscontro diretto e un'applicazione pratica nella soluzione di un problema che ognuno di noi incontra nella vita reale, ed è proprio questa concretezza che stabilisce il valore "doppiamente ecologico" di tali obiettivi:

- ✓ mantenendo da un lato un contatto con le esigenze dettate dalla programmazione didattica, ma
- ✓ agganciandosi dall'altro a esigenze concrete della vita quotidiana

In questo senso la classica divisione che spesso mette in contrapposizione gli obiettivi "didattici" con quelli della "autonomia" tende a dissolversi.

### **Alcune conseguenze del *Training* all'AUTONOMIA COGNITIVA**

Abbiamo visto come lo sviluppo affettivo-relazionale e della maturità sociale procedano di pari passo, e si influenzino reciprocamente, con lo sviluppo cognitivo.

Questo cambio di paradigma che mette la persona Down al centro della dinamica decisionale, ha il possibile effetto di indurre e accelerare quel processo di “differenziazione” e sviluppo di un proprio Sé, che accompagna la crescita delle persone fin dai primi mesi di vita.

### **Sviluppo dell'AUTONOMIA COGNITIVA come processo interattivo**

E' chiaro che lo sviluppo delle autonomie in generale è un processo dinamico, basato sul continuo inter-scambio di segnali sociali-comunicativi, da cui i due partner (il bambino e l'adulto) dipendono e si influenzano reciprocamente, lungo tutto l'arco evolutivo.

Così, il neonato che si avventura ad esplorare un ambiente nuovo, ricco di stimoli interessanti è guidato continuamente dall'espressione di incoraggiamento del volto materno. Allo stesso modo il ragazzino che va in gita con gli amici è rassicurato nella sua scelta da un atteggiamento “invitante” del genitore.

E il genitore, a sua volta è guidato nel suo agire, tra le altre cose, dalla percezione di abilità che vede nel figlio.

### **Il ruolo dei genitori nello sviluppo dell'AUTONOMIA COGNITIVA**

E' chiaro allora che, se da un lato è importante lavorare direttamente sui ragazzi, per dotarli di una migliore capacità decisionale e di una maggiore consapevolezza di sé, dall'altro è altrettanto essenziale lavorare sui genitori e, aiutarli a diventare più consapevoli delle proprie idee sulle reali capacità e potenzialità dei loro figli, poiché da esse spesso derivano gli atteggiamenti e i comportamenti che maggiormente ostacolano lo sviluppo dell'autonomia.

### **Possibili ostacoli allo sviluppo dell'AUTONOMIA COGNITIVA**

E' possibile che soprattutto nelle prime fasi dello sviluppo, dopo avere ricevuto la notizia della nascita di un figlio con Sindrome di Down i genitori vivano una fase depressiva, più o meno prolungata, che si riflette sulla qualità delle relazioni affettive primarie, quelle che influenzano gli stili di attaccamento.

L'analisi dei *pattern* di attaccamento, secondo lo schema sviluppato da Bowlby (1969, 1973) può diventare allora un utile indice predittivo precoce della qualità della relazione che in quei primi momenti si stabilisce tra il bambino e il *care-giver*, e può essere utilizzato per orientarla in modo deliberato verso stili di attaccamento "sicuro" che favoriscono lo sviluppo dell'autonomia

**... ulteriori possibili implicazioni  
del concetto di Autonomia Cognitiva  
e dei metodi migliori per svilupparla  
sono in corso di esplorazione.....**