

### 3. IL CLUB DELLA SCRITTURA: STRATEGIE PER L'INTEGRAZIONE SENSORIALE

di Melissa Keller



*Laureata presso l'Università di Miami nel 1980 e specializzata in Educazione Montessoriana, con abilitazione all'insegnamento 6-12, è specialista del comportamento per il distretto scolastico di Gardner Edgerton, Kansas. Ha iniziato a lavorare al programma di formazione speciale presso l'Università del Kansas, dove lavora al Teaching All Learners (TAL) Program, per la formazione dei giovani insegnanti. Collabora con il National Council of Social Studies, il National Council for History Education e con l'American Montessori Society.*

*L'esperienza qui riportata è stata ideata e condotta con la co-teacher Anna Friend.*

La scrittura a mano è un'abilità complessa che perlopiù non è insegnata in modo diretto e specifico. Molti studenti con disabilità hanno sia difficoltà con la scrittura, che difficoltà di integrazione sensoriale. Il CLUB DELLA SCRITTURA è un modello, sperimentato con successo, che fornisce istruzioni precise per poter scrivere, collegate ad attività di integrazione sensoriale.

Questo articolo descrive i passaggi e i materiali necessari per organizzare e condurre un CLUB DELLA SCRITTURA.

In **Integrazione sensoriale e bambino** A.Jean Ayres ha scritto *"I nostri sensi ci danno informazioni sulle condizioni fisiche che ci circondano. Le sensazioni fluiscono nel cervello come ruscelli che scorrono in un lago: innumerevoli piccole informazioni sensoriali entrano nel nostro cervello in ogni momento, non solo dagli occhi e dalle orecchie, ma da ogni parte del nostro corpo. Affinché una persona possa imparare e comportarsi normalmente, il cervello deve saper individuare, catalogare, ordinare e organizzare le sensazioni, un po' come un vigile urbano che diriga auto in corsa. Quando le sensazioni fluiscono in modo ben organizzato o integrato, il cervello può utilizzare quelle sensazioni per formare percezioni, comportamenti e apprendimento. Quando il flusso delle sensazioni è disorganizzato, la vita può essere come un ingorgo all'ora di punta..."*.

I sette sistemi sensoriali che offrono questo flusso di informazioni sono: tattile, vestibolare, propriocettivo, olfattivo, visivo, uditivo e gustativo. L'integrazione dei sensi uditivo-vestibolare determina parola e linguaggio; l'integrazione del vestibolare-propriocettivo determina i movimenti degli occhi, la postura, l'equilibrio, il tono muscolare e la stabilità gravitazionale; dall'integrazione dai sistemi vestibolare-propriocettivo-tattile derivano percezione del corpo, coordinamento dei due lati, pianificazione motoria, livello di attività e di attenzione, stabilità emotiva. I sistemi vestibolare-propriocettivo-tattile-visivo determinano la coordinazione occhio-mano, la percezione visiva e l'attività intenzionale.

Tutti insieme sono richiesti, infine, per concentrazione, organizzazione, autostima, autocontrollo, fiducia in se stessi, apprendimento scolastico, pensiero astratto, ragionamento e nella specializzazione di ciascun lato del corpo e del cervello (Ayres, 1979).

La scrittura è una tecnica molto complessa, che richiede che questi sistemi lavorino bene e in modo coordinato.

Dobbie e Askov hanno descritto i processi necessari per poter scrivere a mano:

- percezione visiva, uditiva e visuo-motoria;
- coordinazione motoria fine e generale;
- direzionalità;
- capacità di sequenziamento;
- richiamo;
- conoscenza delle lettere;
- presa dello strumento;
- righe;
- seduta e la posizione del foglio;
- scrittura corsiva;
- rintracciamento e copia;
- collegamenti delle lettere;
- auto-valutazione;
- numeri.

Gli studenti con difficoltà nell'elaborazione sensoriale, nella consapevolezza sensoriale e/o con le capacità percettive, di solito hanno anche problemi di scrittura a mano. Uno studente con problemi propriocettivi, ad esempio, può tenere la matita troppo stretta e spingere troppo durante la scrittura.

Il CLUB DELLA SCRITTURA ci è sembrato un ottimo modo per coniugare le attività sensoriali all'istruzione diretta della scrittura e potenziare, in tal modo, entrambe le aree.

### **FORMAT DEL CLUB.**

Gli studenti scelti per il CLUB DELLA SCRITTURA erano tutti ragazzi di terza e di quarta elementare con difficoltà nella scrittura e nelle abilità sociali. Erano seguiti dalla formazione speciale sui DSA ed avevano compromissioni varie (Deficit di attenzione/ disturbo di Iperattività) o disordini comportamentali. I nostri obiettivi, dunque, erano:

- migliorare le capacità di scrivere in corsivo
- migliorare la capacità di lavorare con coetanei in situazioni strutturate e stimolanti
- aiutare a riconoscere le proprie esigenze sensoriali e le strategie per rispondere a queste esigenze

Gli incontri seguivano sempre lo stesso *format* di base: abbiamo progettato le attività del CLUB DELLA SCRITTURA in modo da affrontare tutte e sette le aree sensoriali. Tuttavia, non avendo studenti sufficienti per ciascuna attività, abbiamo pensato di fare un primo incontro informativo, per illustrare a tutti gli studenti cosa fosse il gruppo e quali i nostri obiettivi. Dato che tutti loro detestavano scrivere, ovviamente non erano per niente invogliati ad entrare a far parte di un gruppo sulla scrittura. Abbiamo consentito, quindi, la partecipazione volontaria e abbiamo illustrato la cosa in modo che la partecipazione al club suonasse un po' come un privilegio.

Gli studenti dovevano essere responsabili della definizione delle regole del gruppo, che sono state scritte e salvate come campione di scrittura pre-intervento; è stata quindi predisposta una tabella con le regole da seguire ad ogni incontro, ma la cosa che è piaciuta di più ai ragazzi è stata dover dare un nome al club della scrittura e dover progettare il logo per le magliette, che avrebbero ottenuto solo dopo aver dimostrato di essere degni membri del club.

Tutti i candidati hanno deciso di entrare nel gruppo; hanno scelto di darsi come nome "I Pitoni" e si sono accordati sul logo delle magliette. Le riunioni si sono svolte bisettimanalmente per tutto l'anno scolastico; ogni riunione durava solitamente 30 minuti, anche se sarebbero stati meglio 45. Le attività iniziavano sempre con esercizi di **riscaldamento motorio generale**, tipo prese al volo, posizioni yoga, sedia a molle; poi si passava ad attività di **motricità fine**, tipo schiacciare una palla di gomma piuma o lavorare l'argilla, per poi lavorare su una **lettera** da imparare a scrivere. Abbiamo seguito il metodo indicato nel programma *Handwriting Without Tears*, come suggerito dalla nostra terapeuta occupazionale, che utilizza solo due righe, visivamente meno complicato per gli studenti e utile per chi abbia difficoltà nella distinzione figura-sfondo. Inoltre si utilizza uno stile verticale (non obliquo) per la scrittura in corsivo: alcune ricerche sostengono che utilizzare lo stile verticale migliori in modo significativo la leggibilità della scrittura. Gli studenti, poi, partecipavano ad una serie di **attività pratiche** guidate, prima di passare agli esercizi di scrittura vera e propria. È stato un sollievo per i ragazzi scoprire che il gruppo di scrittura consisteva di 20-25 minuti di "altre" attività e solo 5-10 minuti di lavoro vero con carta e penna. La fase finale dell'incontro del gruppo comportava un **esercizio** autonomo e **compiti** a casa (vd. Schema 1).

## FORMAT DI UNA SEDUTA DEL CLUB DELLA SCRITTURA

### 1. ATTIVITÀ DI RISCALDAMENTO DI MOTRICITÀ GENERALE (5 MINUTI)

- fare le marionette
- camminare a granchio
- piegamenti sulle braccia a terra
- piegamenti sulle braccia da seduti
  1. seduti con le mani appoggiate sui lati della sedia accanto alle cosce
  2. raddrizzare le braccia per sollevarsi dalla sedia
- in equilibrio su una gamba sola con gli occhi chiusi
- camminare punta-tacco lungo una linea sul pavimento

### 2. ATTIVITÀ DI RISCALDAMENTO DI MOTRICITÀ FINE (5-10 MINUTI)

- strofinare le mani
- schiacciare palle da tennis
- strofinare le mani in cerchio sul tappeto
- costruzioni con piccoli blocchi di lego
- infilare piccole perline
- arrotolare argilla tra le dita
- "far camminare" la matita su e giù per le dita

### 3. INTRODUZIONE ALLA SCRITTURA DELLA LETTERA (2-3 MINUTI)

- l'insegnante scrive un modello di lettera alla lavagna e ne descrive gli step
- gli studenti imitano scrivendo in aria con grandi movimenti del braccio e ripetendo gli step a voce alta
- gli studenti continuano a ripetere i passaggi durante la scrittura sul tavolo con il dito indice

### 4. ATTIVITÀ PRATICHE GUIDATE (10 MINUTI)

- scrivere sulla lavagna indossando pesi da polso
- scrivere sulla schiena di un compagno, che dovrà indovinare che lettera è
- scrivere con:
  - evidenziatori di colore diverso
  - evidenziatori profumati
  - penne a batteria
  - gesso sul pavimento
  - le dita usando panna o crema da barba
- scrivere in:
  - vassoio di argilla, di sale, di riso o di sabbia

### 5. ESERCIZIO SEMI-INDIPENDENTE (5-10 MINUTI)

- i ragazzi scrivono nei loro quaderni col monitoraggio degli insegnanti

### 6. ESERCIZIO INDIPENDENTE

- Lavoro da casa
- *Altre attività*: scrittura finalizzata (ad es. fare un programma delle vacanze o biglietto di ringraziamento)

**Schema 1** - Scegliere 2 o 3 attività dai punti 1-2-4; completare con i **passaggi 3-5-6**

## ABILITÀ SOCIALI.

Le abilità sociali sono state affrontate a seconda di quello che le situazioni richiedevano. Le attività pratiche guidate erano fissate come "stazioni", in cui gli studenti dovevano ruotare e alternarsi, con la presenza di un adulto a fornire assistenza. Sono stati necessari alcuni strumenti, come la penna Wiggle (una penna a batteria che vibra rapidamente, quando è accesa): gli studenti dovevano imparare a differirne l'accensione e a non usarla più del necessario. Dovevano poi imparare ad utilizzare materiali nuovi, come schiuma da barba o panna montata, senza perderne il controllo (dovevano spremerla sulla scrivania e spalmarla con gli indici per formare delle lettere). Hanno dovuto anche imparare a partecipare ad attività che non volevano fare (in alcuni casi, ad esempio, le attività motorie). Dovevano, inoltre, imparare a chiedere in modo adeguato agli insegnanti e ai compagni ciò che volevano o che gli occorreva.

L'unica regola era che solo chi fosse capace di seguire le regole, sarebbe potuto entrare nel Club. Gli studenti che non vi si attenevano, venivano inviati in altre aule a fare altro. Non voleva essere una punizione: a questi ragazzi è stato sempre detto di congedarsi dagli adulti con grande empatia, perché crediamo veramente (e facciamo in modo che i ragazzi sappiano) che le esigenze del Club a

quel punto siano "troppo" per loro e che probabilmente sarebbero in difficoltà, restando in aula. Venivano, quindi, incoraggiati a ritornare non appena avessero ripreso il controllo di se stessi. Le magliette non sono state consegnate finché non ci sono state delle riunioni di successo (quelle in cui nessun ragazzo dovesse lasciare l'aula); il che è stato molto motivante, perché le magliette sarebbero state consegnate solo a scrittori seri ed impegnati, e perché, per poterla ottenere, i ragazzi dovevano fare in modo che nessuno dei compagni fallisse.

### **STRATEGIE PER LA POSTURA.**

È importante insegnare agli studenti la postura corretta quando scrivono. L'altezza della sedia deve essere adattata all'altezza della scrivania o del tavolo. Il piano di lavoro dovrebbe essere al livello del torace ed i gomiti del ragazzo in grado di appoggiarsi comodamente sul tavolo. La schiena dev'essere appoggiata allo schienale della sedia e i piedi a terra. Ginocchia, anche e caviglie devono formare un angolo di 90 gradi. Sotto i piedi delle sedie possiamo mettere delle palline da tennis, tagliate e infilate sotto la sedia, per permettere a questa di oscillare leggermente. Sono utili anche dei sedili imbottiti. Ogni tanto è stato concesso ai ragazzi di sedersi a turno su una grande palla terapeutica, invece della sedia.

Queste strategie sono in accordo con la teoria che il dondolamento e l'ondeggiamento esercitano un effetto calmante. Per chi voleva, era disponibile anche un piano inclinato.

### **STIMOLATORI ESTERNI.**

Talvolta, durante la pratica della scrittura, è stato messo un sottofondo musicale rilassante, per aiutare a integrare il **sistema uditivo**. Dobbie e Askov (1995) hanno osservato che studenti allenati con richiami percettivi e verbalizzazione di sequenze sonore, hanno prestazioni migliori rispetto agli studenti che si limitano a copiare i modelli.

L'utilizzo di evidenziatori profumati può aiutare i ragazzi a ricordare la formazione della lettera, perché il **sistema olfattivo** ha connessioni neurali con l'area della memoria. Gli studenti hanno apprezzato, in particolar modo, le attività del **sistema gustativo**: con caramelle, gomme e sticks valutavano se, tenendo la bocca occupata, la concentrazione migliorava.

Kranowitz (1998) ha consigliato gomme da masticare o caramelle da succhiare come attività calmanti e di organizzazione sensoriale.

Per la **propriocezione** sono utili strumenti come pesi da polso o supporti per matita ponderati. Alcuni studenti hanno bisogno di aiuto per la prensione a tripode: le matite vengono allora segnate nei punti in cui mettere le dita; oppure vengono utilizzati i *gripper* che si trovano in commercio.

Per integrare il **sistema vestibolare** si fanno esercizi di bilanciamento e altre attività utili ad integrare i sistemi sensoriale, visivo e tattile (Schema 1). Alcuni ragazzi hanno scoperto l'utilità dell'uso di carta Right Line™, che ha linee verdi in rilievo, ideali per aiutare a restare all'interno della riga, perché fornisce indicazioni sia visive che tattili.

### **CONCLUSIONE.**

L'incapacità di alcuni ragazzi di comunicare per iscritto in modo leggibile, li mette in condizioni di svantaggio per vari motivi: compiti scolastici illeggibili, anche se ben fatti, spesso determinano voti più bassi a causa di valutazioni negative da parte dei docenti; i datori di lavoro sono spesso maldisposti verso domande di lavoro scritte in modo disordinato e incomprensibile; infine per questi studenti la corrispondenza personale scritta a mano sarà veramente difficoltosa.

Non riteniamo realistico né produttivo spendere tempo per insegnare questa abilità in modo diretto.

Il nostro esperimento non ha dimostrato che ci sia un'integrazione delle varie attività sensoriali, ma si può ipotizzare che le attività lavorino influenzando l'organizzazione del cervello e che, quindi, diano luogo a modificazioni cerebrali. Il cambiamento del cervello non è direttamente osservabile, per cui è difficile concludere che un'attività sensoriale abbia modificato il SNC, semplicemente

perché il bambino ha migliorato l'attività. Si può forse inferire, però, che un cambiamento si è verificato, se si osserva un cambiamento nelle prestazioni del bambino (Cermak & Henderson, 1990).

Anche se non possiamo certo dire di aver apportato modificazioni cerebrali significative in questi ragazzi, tuttavia ci sono state notevoli differenze di prestazione che possono essere derivate, almeno in parte, dalle attività di integrazione sensoriale.

Il CLUB DELLA SCRITTURA ha raggiunto gli obiettivi prefissati: le competenze sociali sono state praticate e migliorate ad ogni incontro, gli studenti hanno migliorato l'abilità a scrivere in corsivo e hanno appreso quali attività sensoriali li aiutino a concentrarsi meglio e ad auto-regolarsi; inoltre, grazie ai successi ottenuti, hanno acquisito più fiducia nella propria capacità di scrivere.

*a cura di Angiola Falconetti*