

Ivano Anemone • Lisa Tralli

Potenziare la memoria di lavoro
nell'adulto – Volume 1



Capacità della memoria di lavoro verbale

9 tipi di esercizi
6 livelli di difficoltà

t training
cognitivo

Indice

Per Iniziare	2
Che cosa sono le funzioni esecutive	3
La riabilitazione delle funzioni esecutive	5
La memoria di lavoro	7
Come usare i materiali	10
Capacità della memoria di lavoro (verbale): Livello 1	13
Capacità della memoria di lavoro (verbale): Livello 2	61
Capacità della memoria di lavoro (verbale): Livello 3	101
Capacità della memoria di lavoro (verbale): Livello 4	141
Capacità della memoria di lavoro (verbale): Livello 5	181
Capacità della memoria di lavoro (verbale): Livello 6	219
Riferimenti bibliografici	259

Per Iniziare

Malgrado l'elusività del costrutto teorico, le funzioni esecutive rappresentano sempre un elemento imprescindibile nelle valutazioni neuropsicologiche e spesso (con le dovute distinzioni tra caso e caso) anche nei percorsi di riabilitazione neuropsicologica del paziente adulto.

Le persone con deficit delle funzioni esecutive possono manifestare problemi in molti ambiti, come quelli che richiedono tempi prolungati di attenzione, inibizione delle risposte automatiche non utili al raggiungimento di un obiettivo, mantenimento delle informazioni in memoria il tempo necessario per compiere un'operazione mentale, modificazione in tempi rapidi del proprio comportamento o dei piani previsti per eseguire un compito, organizzazione delle informazioni per memorizzarle meglio e delle proprie attività per compierle in maniera più efficiente, e tanto altro ancora.

In questo volume troverete schede per far esercitare il paziente con diversi aspetti della memoria di lavoro, cioè la capacità di mantenere a mente le informazioni per alcuni secondi ed elaborarle.

Le varie schede sono ordinate per difficoltà crescente, per sottocomponenti maggiormente stimulate (capacità e aggiornamento, con aggiunta di interferenza e flessibilità cognitiva) e organizzate per dominio – verbale e visuo-spaziale.

I materiali non devono essere pensati per utilizzo rigido, ma sta alla competenza del professionista decidere se usarli così come sono o riadattarli in base alle esigenze del singolo paziente.

Come usare i materiali

I materiali comprendono oltre 40 diversi tipi esercizi incentrati prevalentemente sulla memoria di lavoro.

Le schede sono divise per dominio (verbale e visuo-spaziale), per aspetti particolari trattati della memoria di lavoro (capacità e aggiornamento) e per tipo di capacità aggiuntiva richiesta (interferenza e flessibilità).

Capacità		Aggiornamento
Verbale (9 esercizi ripetuti per 6 livelli di difficoltà)	Visuo-spaziale (6 esercizi ripetuti per 6 livelli di difficoltà)	(5 esercizi ripetuti per 5 livelli di difficoltà)
Capacità + interferenza		Aggiornamento + interferenza
Verbale (9 esercizi ripetuti per 8 livelli di difficoltà)	Visuo-spaziale (6 esercizi ripetuti per 7 livelli di difficoltà)	(5 esercizi ripetuti per 4 livelli di difficoltà)
Capacità + flessibilità		Aggiornamento + flessibilità
(6 esercizi ripetuti per 4 livelli di difficoltà)		(5 esercizi ripetuti per 5 livelli di difficoltà)

Ogni esercizio richiede una ripetizione/riproduzione di quanto ascoltato/visto con molte varianti per modificare il grado di manipolazione mentale delle informazioni.

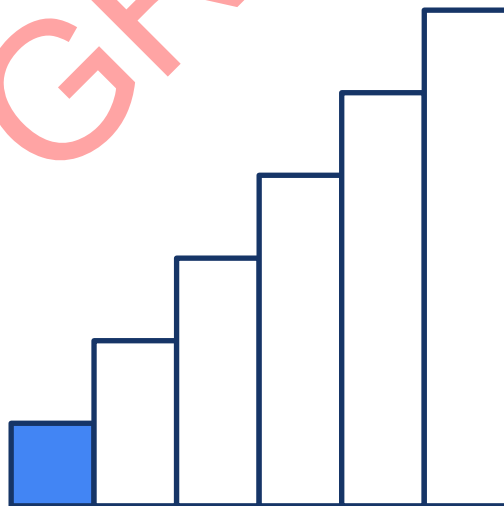
Per ogni tipo di esercizio, oltre alle spiegazioni, è previsto un esempio.

Di seguito verranno spiegati i vari esercizi:

- In «**Capacità di memoria di lavoro – verbale**» (**questo volume**) vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo verbale, volti ad ampliare lo spazio di memoria di lavoro, cioè la quantità di informazioni che la persona riesce a mantenere attive in mente. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di manipolazione delle informazioni (per esempio, span diretti, inversi, di riordinamento e di categorizzazione).
- In «**Capacità di memoria di lavoro – visuo-spaziale**» vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo visuo-spaziale, volti ad ampliare lo spazio di memoria di lavoro, cioè la quantità di informazioni che la persona riesce a mantenere attive in mente. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di manipolazione delle informazioni (per esempio, span diretti, inversi e di riordinamento).
- In «**Capacità di memoria di lavoro con interferenza – verbale**» vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo verbale, volti ad ampliare lo spazio di memoria di lavoro, cioè la quantità di informazioni che la persona riesce a mantenere attive in mente. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di manipolazione delle informazioni (per esempio, span diretti, inversi, di riordinamento e di categorizzazione), ma con l'aggiunta di altre informazioni che la persona deve inibire per poter svolgere il compito adeguatamente.
- In «**Capacità di memoria di lavoro con interferenza – visuo-spaziale**» vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo visuo-spaziale, volti ad ampliare lo spazio di memoria di lavoro, cioè la quantità di informazioni che la persona riesce a mantenere attive in mente. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di manipolazione delle informazioni (per esempio, span diretti, inversi e di riordinamento), ma con l'aggiunta di altre informazioni che la persona deve inibire per poter svolgere il compito adeguatamente.

- In «**Capacità di memoria di lavoro con flessibilità**» vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo verbale e visuo-spaziale, volti ad ampliare lo spazio di memoria di lavoro, cioè la quantità di informazioni che la persona riesce a mantenere attive in mente. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di manipolazione delle informazioni (per esempio, span diretti, inversi, di riordinamento e di categorizzazione), ma che prevedono di compiere due diverse attività, spostando l'attenzione da una all'altra in modo flessibile e rimanendo concentrati su entrambe.
- In «**Aggiornamento di memoria di lavoro**» vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo verbale e visuo-spaziale, volti ad aumentare la capacità di modificare in maniera funzionale le informazioni presenti in memoria di lavoro. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di aggiornamento delle informazioni (per esempio, operando somme/sottrazioni, sostituzioni di lettere, modificazioni di posizioni).
- In «**Aggiornamento di memoria di lavoro con interferenza**» vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo verbale e visuo-spaziale, volti ad aumentare la capacità di modificare in maniera funzionale le informazioni presenti in memoria di lavoro. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di aggiornamento delle informazioni (per esempio, operando somme/sottrazioni, sostituzioni di lettere, modificazioni di posizioni), ma con l'aggiunta di informazioni interferenti che la persona deve inibire per riuscire a portare a compimento l'attività.
- In «**Aggiornamento di memoria di lavoro con flessibilità**» vengono proposti una serie di esercizi, ti tipo verbale e visuo-spaziale, volti ad aumentare la capacità di modificare in maniera funzionale le informazioni presenti in memoria di lavoro. Le varianti proposte richiedono di svolgere diversi compiti che necessitano di differenti modalità di aggiornamento delle informazioni (per esempio, operando somme/sottrazioni, sostituzioni di lettere, modificazioni di posizioni), ma che prevedono di compiere due diverse attività, spostando l'attenzione da una all'altra in modo flessibile e rimanendo concentrati su entrambe.

Capacità della memoria di lavoro (verbale) Livello 1



Esempio

Leggere al paziente la seguente lista, al ritmo di un elemento al secondo, e poi chiedere di ripeterla nello stesso ordine:



Professionista	Paziente
«Tre, uno, sette»	«Tre, uno, sette»

Esercizio 1

Leggere al paziente le seguenti liste, al ritmo di un elemento al secondo, e poi chiedere ogni volta di ripeterne ciascuna nello stesso ordine:



Esercizio 1

Il paziente scriva negli spazi sottostanti le risposte corrette (o le dica a voce alta):

ANTEPREPRIMA
GRATUITA

Esercizio 9

Leggere le seguenti parole, una al secondo (ma, all'occorrenza, si può anche rallentare), e chiedere quali erano...

Mano, funghi, tavolo, pasta, gamba, olio

I generi alimentari

Quadro, bicicletta, tavolino, automobile, scarpa, trattore

I veicoli

Finestrino, porta, occhiali, cuscino, finestra, muro

Le aperture di un edificio

Garage, ristorante, cucina, bagno, soggiorno, mensa

I luoghi in cui si cucina

passeggiino, carriola, camicia, cappello, divano, furgone

Le cose con le ruote

Il paziente scriva negli spazi sottostanti le risposte corrette (o le dica a voce alta):

ANTEPRIMA
GRATUITA

Esercizio 9

Questa pagina è fatta per essere stampata per creare altre sequenze su decisione del professionista per continuare l'esercizio con lo stesso livello di difficoltà (se necessario)

Diagramma di sequenza per l'esercizio 9. Il diagramma è composto da cinque righe, ciascuna con una serie di sei caselle rettangolari vuote, seguite da una casella rettangolare vuota più grande che si estende per tutta la larghezza della riga. Le caselle sono disposte in modo da formare una struttura a scala, con le caselle della riga superiore allineate a sinistra e quelle della riga inferiore allineate a destra.

ANTERPRIMA GRATUITA

Il paziente scriva negli spazi sottostanti le risposte corrette (o le dica a voce alta):

ANTEPRIMA
GRATUITA