

Ivano Anemone • Lisa Tralli

Potenziare la memoria di lavoro
nell'adulto – Volume 7



Capacità della memoria di lavoro con flessibilità

4 tipi di esercizi
6 livelli di difficoltà

Indice

Per Iniziare	4
Che cosa sono le funzioni esecutive	5
La riabilitazione delle funzioni esecutive	7
La memoria di lavoro	9
Come usare i materiali	12
Capacità della memoria di lavoro con flessibilità: Livello 1	15
Capacità della memoria di lavoro con flessibilità: Livello 2	46
Capacità della memoria di lavoro con flessibilità: Livello 3	74
Capacità della memoria di lavoro con flessibilità: Livello 4	102
Capacità della memoria di lavoro con flessibilità: Livello 5	130

Indice

Capacità della memoria di lavoro con flessibilità: Livello 6	158
Riferimenti bibliografici	185

ANTEPRIMA
GRATUITA

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.

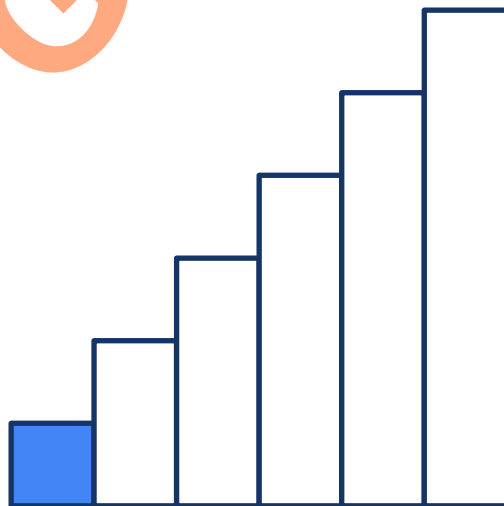
Per ogni tipo di esercizio, oltre alle spiegazioni, è previsto un esempio.

Di seguito verranno spiegati i vari esercizi:

- In «**Capacità di memoria di lavoro – verbale**» vengono proposti una serie di esercizi, di 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, di 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, di 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, di 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, di 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, di 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, di 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, di 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 con flessibilità Livello 1



Esempio

■ Leggere al paziente la seguente lista, al ritmo di un elemento al secondo, e poi chiedere di ripeterla in ordine inverso se l'ultima cifra è dispari, oppure in ordine crescente se l'ultima cifra è pari:

3 - 1 - 7

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

3 - 1 - 4

Professionista	Paziente
«Tre, uno, quattro»	«Uno, tre, quattro»

Esercizio 1

■ Leggere al paziente la seguente lista, al ritmo di un elemento al secondo, e poi chiedere di ripeterla in ordine inverso se l'ultima cifra è dispari, oppure in ordine crescente se l'ultima cifra è pari:

3 - 1 - 7

5 - 2 - 9

4 - 3 - 8

6 - 3 - 7

4 - 2 - 6

Esercizio 1

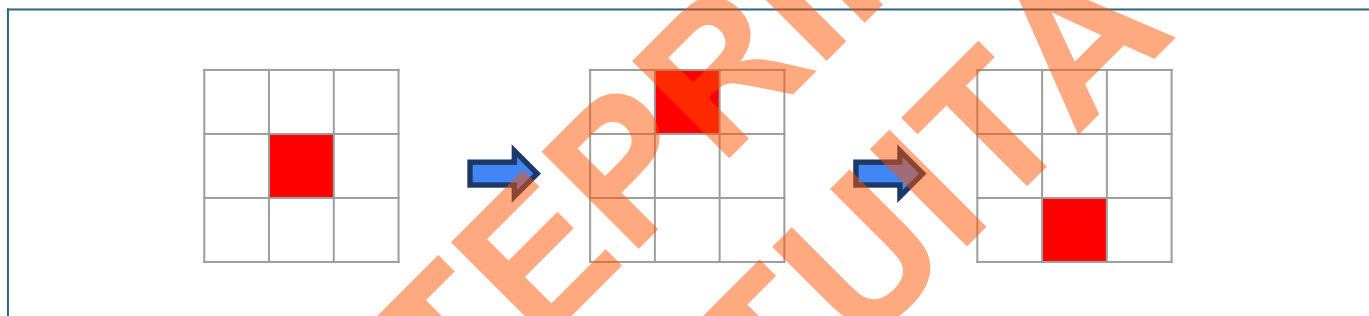
Il paziente scriva qui la risposta corretta (o la dica a voce alta):

ANTEPRIMA
GRATUITA

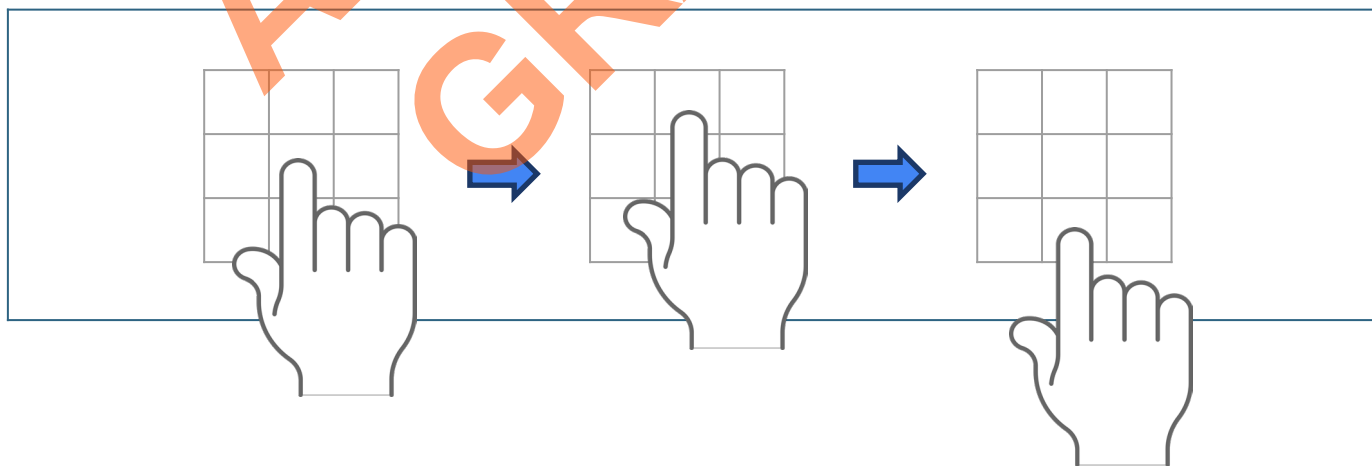
Esempio

Mostrare al paziente la seguente sequenza, per tre secondi, e poi chiedere di rievocarla nello stesso ordine se l'ultima posizione è indicata con un quadrato, e in ordine inverso se l'ultima posizione è indicata con un pallino:

Sequenza osservata



Sequenza riprodotta dal paziente

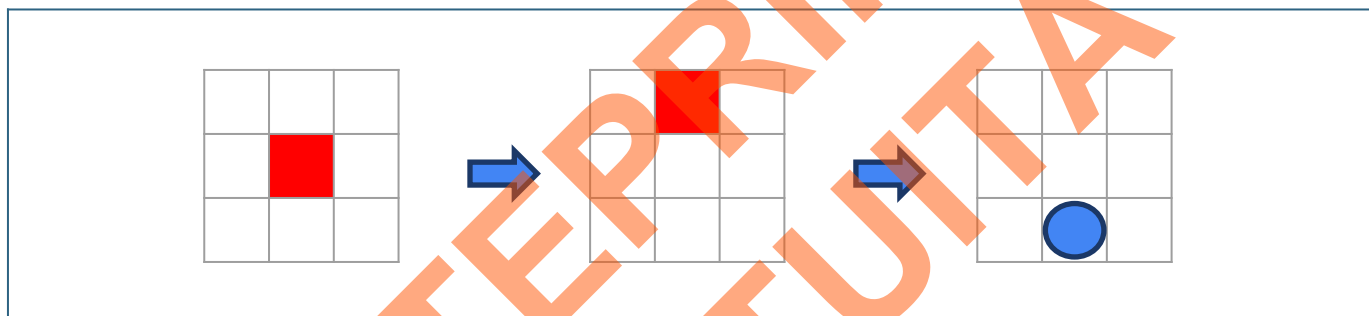


Continua...

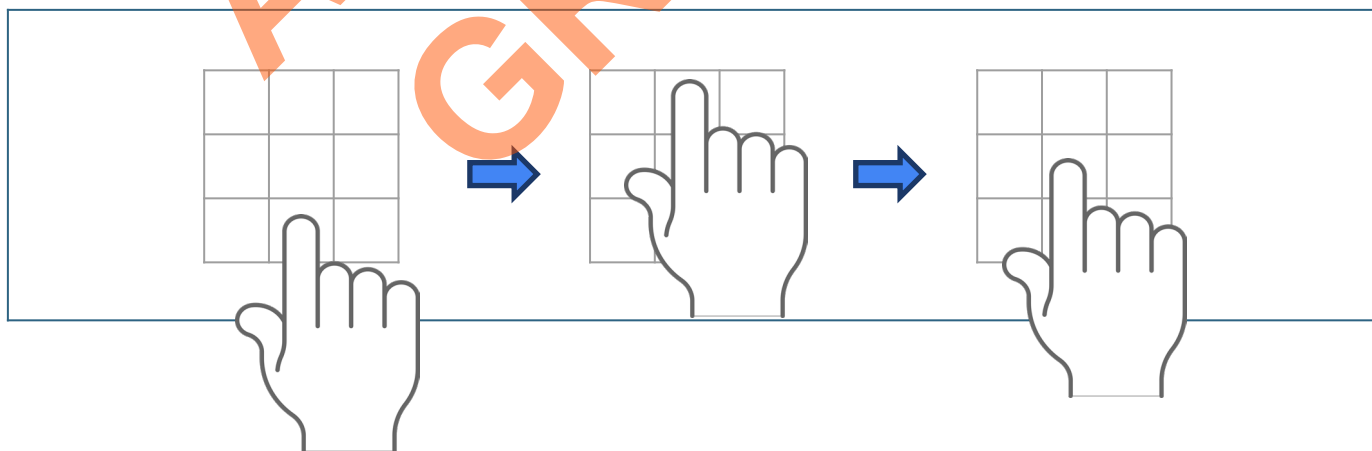
Esempio

Mostrare al paziente la seguente sequenza, per tre secondi, e poi chiedere di rievocarla nello stesso ordine se l'ultima posizione è indicata con un quadrato, e in ordine inverso se l'ultima posizione è indicata con un pallino:

Sequenza osservata

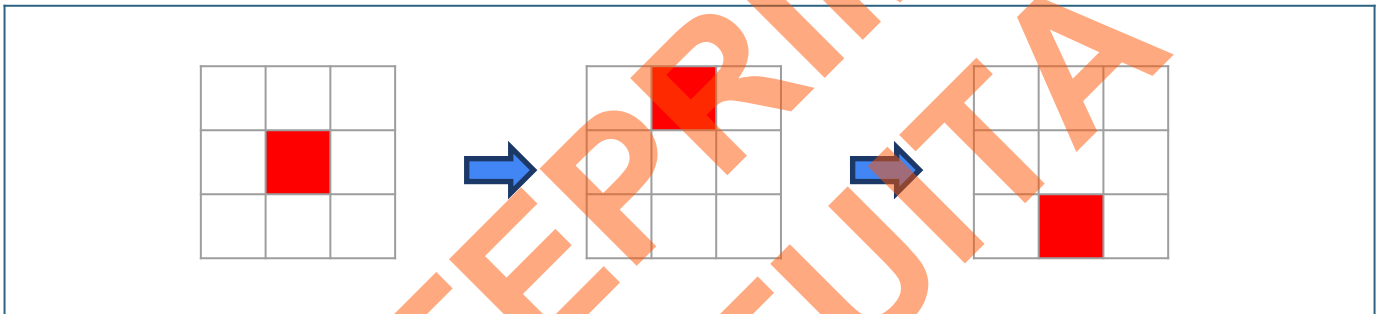


Sequenza riprodotta dal paziente



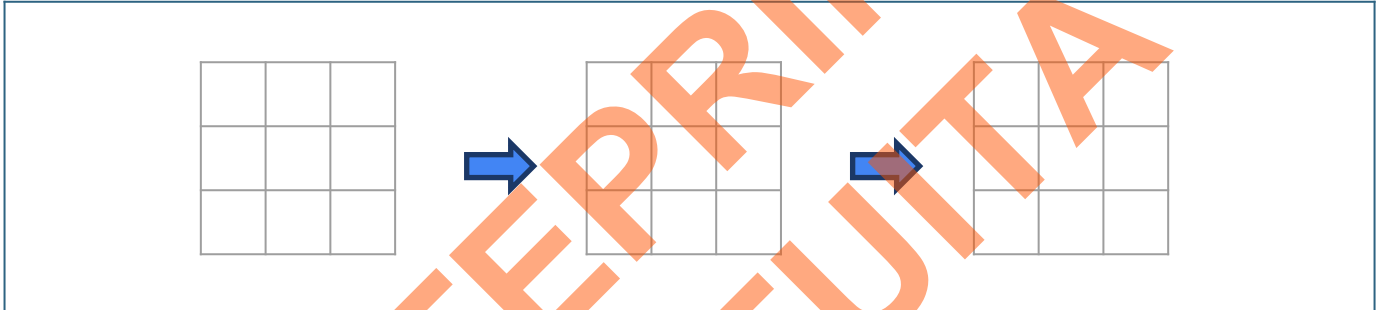
Esercizio 3 – a

Mostrare al paziente la seguente sequenza, per tre secondi, e poi chiedere di rievocarla nello stesso ordine se l'ultima posizione è indicata con un quadratino, e in ordine inverso se l'ultima posizione è indicata con un pallino:



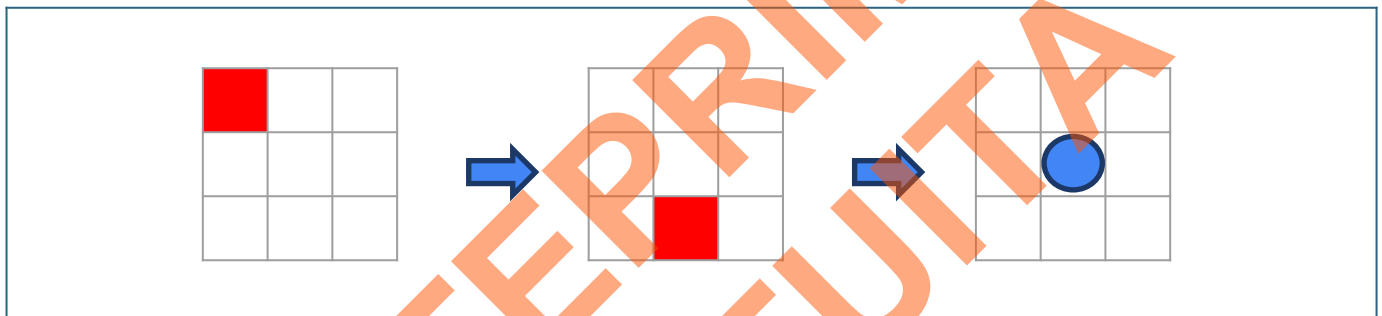
Esercizio 3 – a

Il paziente mostri qui la risposta corretta, indicando la sequenza corretta o colorando le caselle nel corretto ordine precedentemente osservato:



Esercizio 3 – b

Mostrare al paziente la seguente sequenza, per tre secondi, e poi chiedere di rievocarla nello stesso ordine se l'ultima posizione è indicata con un quadratino, e in ordine inverso se l'ultima posizione è indicata con un pallino:



Esercizio 3 – b

Il paziente mostri qui la risposta corretta, indicando la sequenza corretta o colorando le caselle nel corretto ordine precedentemente osservato:

