

LEZIONE 10

ESERCIZI DI CONFIDENZA Arto Superiore



INDICE

4.1 Esercizio: "riconoscimento dita" Pag. 2
prima parte

4.1 "RICONOSCIMENTO DITA"

 [Guarda Il Video](#)



Introduzione all'esercizio

Voglio farvi semplicemente ragionare su un aspetto: se vogliamo pensare di recuperare il movimento delle dita della mano, certamente dovremo ottenere la capacità di percepirne almeno il movimento, come facciamo altrimenti ad organizzare un movimento che nemmeno sentiamo? Ed ancora **se non siamo in grado di distinguere il movimento di un dito da un altro, come faremo a muoverlo in maniera distinta?**

Il Posizionamento sdraiato e la Presa

il paziente-familiare sarà sdraiato su un letto o un divano, il busto ed il capo può essere sollevato ed appoggiato allo schienale del letto. Inizialmente le mano sinistra è appoggiata sulla pancia con il gomito flesso.

Il terapeuta-familiare si sederà sul lato sinistro e molto delicatamente sosterrà il dito che intenderà muovere.

Il Posizionamento seduto e la Presa

il paziente-familiare sarà seduto sulla sedia. Entrambe le braccia sono poggiate sul piano di un tavolo posto di fronte a lui.

Il terapeuta-familiare si sederà di fronte a al paziente o anche sul suo lato sinistro.



L'attrezzatura

Nessuna.

Calibrazione

- 1° livello QUANDO ti muovo il dito (indice)
- 2° livello QUANDO ti muovo il dito (fra tutti)
- 3° livello QUANDO ti muovo e QUANDO fermo una delle dita
- 4° livello QUALE dito ti muovo fra indice e mignolo
- 5° livello QUALE dito ti muovo fra indice, mignolo, medio
- 6° livello QUALE dito tra tutti ti muovo
- 7° livello QUALE e in che direzione su/giù e destra/sinistra
- 8° livello QUALE e in che direzione su/giù, destra/sinistra e circolare
- 9° livello Esercizi di **CATEGORIA SUPERIORE**



1° Livello

Domanda: la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

"Dimmi QUANDO ti muovo il dito"

In breve: In questo primo livello, per semplificare al massimo il compito, coinvolgeremo solo il dito indice

Variabili: la presenza del movimento del solo dito indice.

Esecuzione:

- Il terapeuta preparerà il paziente al fatto che da un momento all'altro inizierà a muovere il dito indice con un movimento verticale (su e giù) e che dovrà capire il momento esatto dell'inizio del movimento con gli **OCCHI CHIUSI e senza cercare di muovere**, lasciando l'attività di movimento al proprio terapeuta-familiare
- Dopo aver preparato il proprio caro al compito richiesto, il terapeuta inizierà a muovere il suo dito indice in direzione verticale, su e giù per intenderci.
- A questo punto il paziente dovrà cercare di comprendere l'inizio esatto del movimento, e dovrà far capire al terapeuta di averlo sentito, concorderete una parola chiave, ad esempio: "ora", "adesso", "sì". Quando il paziente è in grado di sentire il movimento nello stesso momento in cui viene eseguito, il terapeuta dovrà farglielo presente complimentandosi con un " esatto", "giusto", "corretto", "ok", "bravo", se invece il paziente si accorge del movimento solo dopo alcuni secondi, sarà cura del terapeuta fargli presente quanto ritardo c'è stato, se passano più di dieci secondi, il terapeuta potrà tranquillamente dire al paziente che in realtà sta muovendo già da 10 secondi e che gli è sfuggito e che inizierete di nuovo.



Ci sono dei casi molto complessi dove la mano, una volta appoggiata sul tavolo, il movimento delle dita risulta difficoltoso, infatti anche se mosso delicatamente il dito ritorna velocemente all'interno del palmo, per gestire una situazione complessa come questa è necessaria una discreta dimestichezza, nel frattempo che riuscirete a prendere la giusta confidenza con la situazione, vi suggerisco di adottare una presa facilitante: poggiate le due spugne 4 e 5 sotto gomito ed avambraccio e lasciate la mano con il polso piegato al di fuori dell'appoggio, in modo che le dita possano distendersi con più facilità. Una volta che la mano avrà un tono più gestibile, tornate a farla appoggiare sul piano del tavolo

2° livello

Domanda: la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

"Dimmi QUANDO ti muovo il dito"

In breve: In questo secondo livello di calibrazione, inizierete a coinvolgere anche le altre dita, proprio come avete fatto con l'indice, dividendo in parti uguali il tempo dedicato ad ogni dito.

Variabili: movimento fra tutte le dita.

Esecuzione:

- Il terapeuta preparerà il paziente al fatto che da un momento all'altro inizierà a muovere un dito con movimenti " su e giù" e che dovrà capire il momento esatto dell'inizio del movimento con gli **OCCHI CHIUSI e senza cercare di muovere** lasciando l'attività di movimento al proprio terapeuta-familiare
- Dopo aver preparato il proprio caro al compito richiesto, il terapeuta concorderà con il paziente con quale dito procedere per il riconoscimento del movimento ed inizierà a muovere il dito concordato su e giù.
- A questo punto il paziente dovrà cercare di comprendere l'inizio esatto del movimento, attraverso le procedure che vi ho spiegato prima.



Il mio suggerimento per il terapeuta, è quello di contare a mente: " *milleuno, milledue, millette...*" in questo modo saprai simulare al meglio il trascorrere dei secondi.

3° livello

Domanda: la domanda che il terapista farà al paziente sarà

***"Dimmi QUANDO ti MUOVO il dito
E dimmi QUANDO Io FERMO "***

In breve: In questo terzo livello, oltre ad aver coinvolto tutte le dita, la richiesta sarà quella di riconoscere anche il momento esatto in cui cessa il movimento.

Variabili: presenza ed assenza del movimento fra tutte le dita.

Esecuzione:

- Il terapista preparerà il paziente al fatto che da un momento all'altro inizierà a muovere il dito concordato con movimenti " *su e giù*" e che dovrà capire il **momento esatto dell'inizio** del movimento ed il **momento esatto in cui il movimento cesserà**. Tutto questo ad **OCCHI CHIUSI e senza cercare di muovere** lasciando l'attività di movimento al proprio terapista-familiare.
- Dopo aver preparato il proprio caro al compito richiesto, il terapista inizierà a muovere un suo dito su e giù.
- A questo punto il paziente dovrà cercare di comprendere l'inizio esatto del movimento e farlo presente al terapista.
- Una volta riconosciuto il movimento allora passate al riconoscimento del **NON movimento**, secondo la prassi che ti ho spiegato per il riconoscimento del movimento. Il terapista in questo caso dirà :" ***fai attenzione adesso al momento esatto in cui mi fermerò***"
- Anche in questo caso il paziente dovrà dire al terapista il momento esatto in cui il movimento è cessato ed il terapista avrà cura di fargli presente eventuali ritardi nel riconoscimento.

4° livello

Domanda: la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

"Dimmi *QUALE* dito ti muovo"

In breve: In questo 4° livello di difficoltà inizieremo a chiedere al nostro caro di riconoscere quale dito venga mosso tra due possibilità molto distanti tra loro: POLLICE e MIGNOLO.

Variabili: movimento del dito pollice e movimento del dito mignolo

Esecuzione:

- Il terapeuta preparerà il paziente al fatto che da un momento all'altro inizierà a muovere un dito a scelta tra pollice e mignolo con movimenti " *su e giù*" e che dovrà capire di che dito si tratta, sempre ad **OCCHI CHIUSI e senza cercare di muovere**.
- Dopo aver preparato il proprio caro al compito richiesto, il terapeuta inizierà a muovere un dito a piacimento tra i due possibili
- A questo punto il paziente dovrà cercare di comprendere quale dito il suo terapeuta-familiare stia muovendo, nominandolo semplicemente.



Ci sono dei casi complessi dove **il paziente presenta difficoltà nel nominare le dita**, in queste circostanze, il mio suggerimento è quello di chiedere al paziente di mostrare il dito dell'altra mano, o chiedere al paziente una volta che il movimento sia terminato e che abbia aperto gli occhi, di **indicare con la mano destra il dito della sinistra che ha sentito muovere**.

Nella prossima lezione

INDICE

4.1 Esercizio: "riconoscimento dita" Pag. 2
seconda parte