

**iMATERIALI** Strumenti per la didattica, l'educazione,  
Erickson la riabilitazione, il recupero e il sostegno  
Collana diretta da Dario Ianes

Alessandra Baretter e Fabiola Gaio

# **IL MIO QUADERNO DELLA VOCE**

**Disfonia e educazione vocale in età infantile**

**Erickson**

# Indice

- 9** Premessa
- 11** Introduzione
- 21** SCHEDE OPERATIVE
- 177** Appendice

## Premessa

La relazione tra la terapia logopedica e i risultati del trattamento delle disfonie infantili per molto tempo non è stata adeguatamente verificata e comprovata. È stato constatato che l'esempio di un adeguato uso vocale da parte degli adulti influisce, per modellamento, sulle prestazioni vocali dei bambini disfonici. L'imitazione favorisce il processo di guarigione spontanea ma, in un confronto tra campioni di bambini che hanno seguito cicli di terapia e altri che hanno usufruito solo del parent training, emerge che questi ultimi guariscono in percentuale minore (solo il 24%).

Studi approfonditi hanno dimostrato che esiste una relazione tra terapia logopedica e guarigione dal disturbo. Le ricerche statistiche mostrano una correlazione significativa tra l'intervento precoce e gli esiti della terapia: il 35% guarisce se rieducato entro il primo anno dalla comparsa del disturbo, mentre si scende al 6% se la terapia inizia dopo quattro anni di disfonia.

In screening attuati in alcuni consultori italiani, si è verificata la tendenza all'insorgenza di problemi vocali in età sempre più precoce dovuti all'eccessivo sforzo e all'incorretta impostazione vocale.

La fascia d'età che maggiormente giunge al logopedista per la rieducazione è quella compresa tra i 5 e i 14 anni, ma va ricordato che le problematiche vocali nel periodo degli 11-14 anni sono spesso relative alla muta vocale.

L'aumento delle patologie vocali nell'età evolutiva deriva da una serie di cause che possiamo così riassumere:

- il bambino non ha ancora maturato una chiara idea del proprio schema corporeo e in particolare dell'apparato pneumo-fono-articolatorio;
- il bambino possiede una scarsa capacità nel focalizzare e sostenere la propria attenzione, specie per l'emissione vocale;
- molto spesso il bambino non è in grado di guidarsi e correggersi, in quanto non possiede una maturazione sufficiente ad attuare un automonitoraggio della propria emissione vocale;
- nei bambini, in particolare nei più piccoli, gioca un ruolo fondamentale l'imitazione delle persone che li accudiscono (genitori, nonni, insegnanti, ecc.). Un modello vocale errato viene facilmente imitato dal bambino che non è cosciente degli atteggiamenti vocali scorretti, propri e altrui;

- comportamenti educativi e affettivi svalutanti o situazioni familiari in cui non vi è congruenza nei modelli educativi possono provocare insicurezza o confusione nel bambino che manifesta il disagio e l'emozionalità attraverso la voce;
- i bambini ipotonici o astenici che non fanno sport e restano a lungo seduti a guardare la TV possono mancare di corretto accordo pneumo-fonico o assumere posture scorrette che non favoriscono una buona emissione vocale;
- infine, il cambiamento delle abitudini di vita in ambito sociale, a scuola con il tempo prolungato, nei giochi e nelle attività agonistiche extrascolastiche, crea maggiori occasioni di sforzo vocale.

Attualmente, anche in ambito scolastico le proposte didattiche sono molto attente nel fornire al bambino un'educazione musicale ampia che gli permetta di esprimersi attraverso il canto e di affinare la percezione uditiva sperimentando ritmi e sonorità diverse.

Tuttavia ai bambini non viene insegnato nulla del proprio «strumento voce» né di come farlo «suonare meglio». Non è raro infatti trovare bambini afoni e rauchi durante le prove per le recite, che si trasformano a volte in momenti di vero e proprio abuso vocale.

Il presente lavoro intende essere un sussidio alla terapia della voce e può precedere o essere parte integrante di ogni attività musicale, di canto, di recita. Può essere indirizzato a tutti i bambini che necessitano di una stimolazione della percezione uditiva e propriocettiva.

Le schede proposte servono come guida per gli «esercizi» della voce, ma è opportuno ricordare che non si tratta di una semplice applicazione tecnica di un modello di voce da imitare. La terapia che utilizza le schede può agire a più livelli: affettivo, emotivo e relazionale. L'impiego di materiale pratico e concreto risponde ai tempi di sviluppo cognitivo del bambino che si colloca nel pensiero pre-operatorio e operatorio concreto descritto da Piaget. Nello stesso tempo stimola la motivazione, legata al divertimento nella compilazione delle schede, soddisfacendo così la sfera emotiva. Infine, l'utilizzo delle schede può divenire un veicolo per l'instaurarsi di una relazione comunicativa nuova tra logopedista e bambino, tra bambino e altri bambini del gruppo, tra genitori e bambino. Nella conduzione di una terapia in famiglia gli aspetti affettivi, creati dal rapporto genitore-figlio, assumono una valenza importante per garantire il risultato del progetto di terapia e educazione della voce.

# Introduzione

## Criteri generali e obiettivi delle schede operative

Ecco in sintesi le principali caratteristiche del programma proposto nel presente volume:

- le schede sono progettate sotto forma di disegni e vignette per rendere più accattivante l'esercizio;
- i disegni forniscono esempi concreti che stimolano la motivazione del bambino e la comprensione di ciò che deve fare: attraverso l'associazione uditivo-proprio-cettiva e grafica, il bambino scopre che la propria voce può compiere dei «movimenti» che possono essere rappresentati con linee ascendenti, discendenti, ecc.;
- per aiutare il bambino a fissare in memoria l'esercizio e il suo obiettivo, il percorso è accompagnato da un filo conduttore narrativo, ovvero la storia del folletto Fadò. Alcune schede propongono delle domande o delle frasi in rima; altre permettono al bambino di produrre frasi spontanee, piccoli pensieri e racconti;
- ogni bambino può agire direttamente sulle schede colorando, ritagliando, incollando, in modo da costruire un percorso riabilitativo individuale da portare sempre con sé;
- le schede propongono un percorso articolato e graduato come impegno vocale, ma naturalmente spetta alla competenza e alla fantasia di ogni logopedista scegliere la sequenza e la modalità di impiego più opportune per ogni bambino;
- gli esercizi proposti sono propedeutici anche all'educazione musicale e al canto.

In conclusione l'applicazione delle schede permette di:

- rendere consapevole il bambino dello schema corporeo relativo all'apparato pneumo-fono-articolatorio;
- sensibilizzare il bambino e la propria famiglia ad attuare semplici norme di igiene vocale;
- abituare il bambino all'ascolto attivo di stimoli uditivi;
- abituare il bambino a un'emissione vocale meno stressata e più armonica.

## Strutturazione delle schede

Ogni scheda è posta sul lato destro del volume mentre sulla pagina di sinistra vi è una tabella che indica al logopedista gli obiettivi specifici dell'esercizio, rappresentati da simboli e corredati da brevi spiegazioni. È previsto inoltre uno spazio per eventuali appunti e annotazioni. Si propongono:



### *Consigli di igiene vocale*



### *Consigli alla famiglia*

Obiettivi:

- rendere consapevole il bambino degli atteggiamenti scorretti che usa e fornirgli l'esempio di quelli corretti;
- rendere consapevoli i genitori del proprio comportamento vocale, degli atteggiamenti educativi e delle situazioni ambientali e sociali che favoriscono una buona emissione vocale per sé e per il proprio figlio.

Le schede comprendono una sezione operativa dedicata al bambino e una sezione dedicata ai genitori.

L'Appendice presenta un calendario per il bambino e la sua famiglia in cui ogni giorno devono essere incollate delle figurine.

Obiettivi:

- segnare quotidianamente le situazioni di buon uso o di abuso vocale;
- creare un transfert della terapia nella vita quotidiana.



### *Schede per le prassie bucco-facciali*

Obiettivi:

- rilassare la muscolatura;
- controllare le posture corrette per la risonanza;
- favorire la propriocezione muscolare.

Le schede possono presentare situazioni statiche o simulazioni delle fasi del movimento attivo in modo da aumentare il grado di consapevolezza e di attenzione alle posture o agli schemi di movimento corretti da realizzare.



### *Schede per la respirazione-rilassamento*

Obiettivi:

- presa di coscienza dello schema corporeo relativo in particolare al sistema pneumo-fonico;
- insegnare la corretta modalità di respirazione costo-diaframmatica;
- insegnare le differenti modalità di respirazione orale-nasale;
- associare a una buona respirazione la distensione muscolare generale.



### *Schede per l'ascolto, la discriminazione, il riconoscimento e la comprensione di stimoli uditivi*

Obiettivi:

- stimolare l'attenzione all'ambiente sonoro circostante per favorire le abilità di un ascolto consapevole di sé differenziato dagli altri;
- favorire l'educazione alla discriminazione e al riconoscimento dei tratti acustici, propedeutici anche a un'educazione musicale.

Tutte le schede hanno una funzione bivalente in quanto sono pensate per essere utilizzate sia per la comprensione che per la produzione successiva.



### *Schede per l'altezza tonale*

Obiettivi:

- imparare a discriminare le differenti frequenze dei suoni;
- imparare a controllare la propria frequenza vocale.

Le schede sono realizzate per eseguire vocalizzi con un percorso graduale a difficoltà crescente:

- vocalizzi monotono
- vocalizzi di seconda ascendente
- vocalizzi di seconda discendente
- vocalizzi di terza ascendente
- vocalizzi di terza discendente
- vocalizzi di quarta ascendente
- vocalizzi di quarta discendente
- vocalizzi di quinta ascendente
- vocalizzi di quinta discendente
- vocalizzi su accordi maggiori o minori
- vocalizzi sulla scala cromatica/glissato
- produzione di sillabe/parole/frasi controllate
- racconto e conversazione spontanea.

Nelle indicazioni per il logopedista sono indicate le note corrispondenti al vocalizzo, ma nulla vieta di modificarlo a proprio piacimento inserendoci, ad esempio, anche variazioni ritmiche.

Nella tabella 1 sono riportate le frequenze corrispondenti alla scala di DO nelle diverse ottave, in modo che il logopedista possa scegliere gli intervalli tonali adeguati al bambino. Si ricorda che l'estensione vocale del parlato del bambino si colloca nella terza ottava.

TABELLA 1  
**Frequenze corrispondenti alla scala di DO**

Note musicali		1 <sup>a</sup> ottava	2 <sup>a</sup> ottava	3 <sup>a</sup> ottava	4 <sup>a</sup> ottava
DO	C	65	131	262	523
DO#	C#	69	139	277	554
RE	D	73	147	294	587
RE#	D#	78	155	311	622
MI	E	82	164	329	659
FA	F	87	175	349	698
FA#	F#	92	185	370	740
SOL	G	98	196	392	784
SOL#	G#	104	208	415	831
LA	A	110	220	440	880
LA#	A#	117	233	466	932
SI	B	123	247	494	988

Per l'impostazione della FO (frequenza fondamentale) si consiglia di far riferimento alla classificazione di Wilson riportata nella tabella 2.

TABELLA 2  
**Classificazione di Wilson (1979)**

Età	Maschi		Femmine	
	Frequenza fondamentale	Limiti di accettabilità	Frequenza fondamentale	Limiti di accettabilità
1 e 2	445	370-525	445	370-525
3	400	340-460	380	335-475
4	375	320-425	355	310-450
5	350	300-390	335	290-425
6	325	280-365	315	270-395
7	295	260-330	290	245-350
8	295	260-330	280	245-350
9	260	220-300	275	235-335
10	235	195-275	265	225-320
11	225	185-260	265	220-310
12	210	170-245	260	220-310
13	195	155-230	245	210-295
14	190	155-220	235	195-270
15	155	130-195	220	185-260
16	150	120-180	215	185-260
17	135	110-170	210	175-245
18	125	100-155	205	175-245





### *Schede per il controllo dell'intensità*

Obiettivi:

- controllare l'intensità dell'emissione vocale corretta;
- riconoscere differenze di intensità.

Le schede sono realizzate cercando di visualizzare la differente quantità d'aria impiegata nelle variazioni di intensità, stimolando l'attenzione del bambino anche attraverso la marcatura del tracciato del vocalizzo: tratto di pennarello sottile per un'intensità debole; tratto spesso per un'intensità forte.



### *Schede per la durata del vocalizzo*

Obiettivo:

- controllare la durata del vocalizzo e l'affaticabilità della voce.

Le schede puntano inizialmente alla discriminazione di due stimoli di durata molto differente e successivamente a discriminazioni più sottili.



### *Schede per la risonanza*

Obiettivo:

- controllare le risonanze errate.

Le schede si riferiscono alle posture della lingua e delle labbra.



### *Schede per il controllo della voce in lettura, in conversazione e per la voce di proiezione (recite)*

Obiettivo:

- aiutare il bambino ad acquisire il controllo della propria voce nel parlato, graduando la guida diretta sull'emissione per renderlo sempre più spontaneo e naturale nelle situazioni di vita di tutti i giorni.

Le schede sono arricchite da disegni che aiutano o sostituiscono (per i più piccoli) la lettura, guidano la conversazione con domande e risposte già preparate o da inventare e stimolano il racconto o la recita.



### *Schede di pronto soccorso vocale*

Obiettivi:

- insegnare al bambino che quando capitano episodi in cui non controlla e/o sforza la voce, ad esempio durante feste di compleanno, incontri sportivi, ecc., può succedere che ne risenta, anche fortemente, con un aumento della disfonia;

- in queste situazioni può imparare a mettere in atto dei piccoli accorgimenti che riportano la voce verso una buona qualità.



### *Tagliare e colorare*

Tutte le schede possono essere colorate e alcune ritagliate.

Obiettivo:

- permettere al bambino di operare direttamente sulle schede e di personalizzarle a piacere, così da favorire e rafforzare l'apprendimento di uno schema vocale corretto.

## **Come utilizzare le schede nella terapia**

Le schede possono essere utilizzate sia nella terapia individuale che in quella di gruppo.

### *Individualmente*

- Il logopedista fornisce l'esempio corretto di emissione vocale che trova corrispondenza nella scheda proposta e invita il bambino a individuare lo stimolo indicandolo o colorandolo.
- Il logopedista può invitare il bambino a produrre il vocalizzo seguendo le linee tratteggiate.
- Alcune schede possono essere utili per realizzare movimenti corporei coordinati nello spazio che favoriscono il rilassamento, la respirazione e la corretta postura.
- Alcune schede permettono di controllare contemporaneamente più parametri, ad esempio la respirazione e l'altezza tonale.
- Le schede possono essere utilizzate sia durante la seduta di terapia che a casa per continuare la stimolazione su indicazione del logopedista.
- Come guida si consiglia di registrare la sequenza degli esercizi con gli esempi vocali corretti che il genitore ripeterà a casa.
- Questo tipo di approccio segue le linee generali degli approcci riabilitativi più attuali, che cercano di coinvolgere direttamente la famiglia nella presa in carico del bambino, permettendo ai genitori di divenire più consapevoli delle sue capacità e più responsabili anche nell'applicazione delle regole d'igiene vocale e del pronto soccorso.

### *Nel gruppo*

- Uno dei principali impieghi è l'ascolto: il logopedista fornisce ai bambini lo stimolo e coloro che hanno la scheda corrispondente lo devono individuare.
- L'utilizzo nelle attività di gruppo può essere estremamente vario e interessante. Infatti, nel caso in cui il gruppo selezionato sia omogeneo per età, sesso e caratteristiche vocali, una stessa scheda può venire utilizzata da tutti contemporaneamente o a turno. Si favoriscono così le capacità di attenzione uditiva e

## INDICAZIONI PER IL LOGOPEDISTA



	<p>Dare consigli sul controllo del flusso espiratorio in funzione della fonazione: non si continua a parlare quando si rimane senza fiato.</p>
	<p>Invitare il bambino a soffiare per far muovere i petali del fiore controllando di inspirare per il naso ed espirare per la bocca. È possibile far comprendere che il soffio può avere una diversa «forza» in relazione a una diversa spinta espiratoria.</p>
	<p>Cronometrare il soffio con il vocalizzo /f/ e cercare di aumentare la durata.</p>

### NOTE

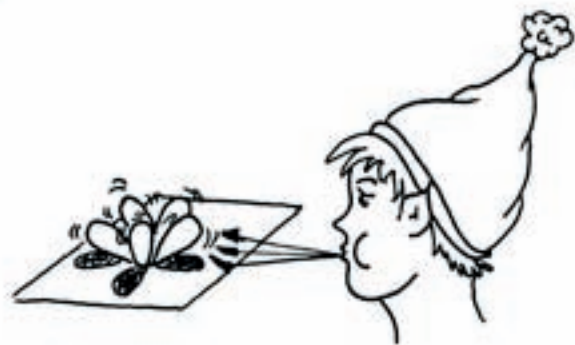
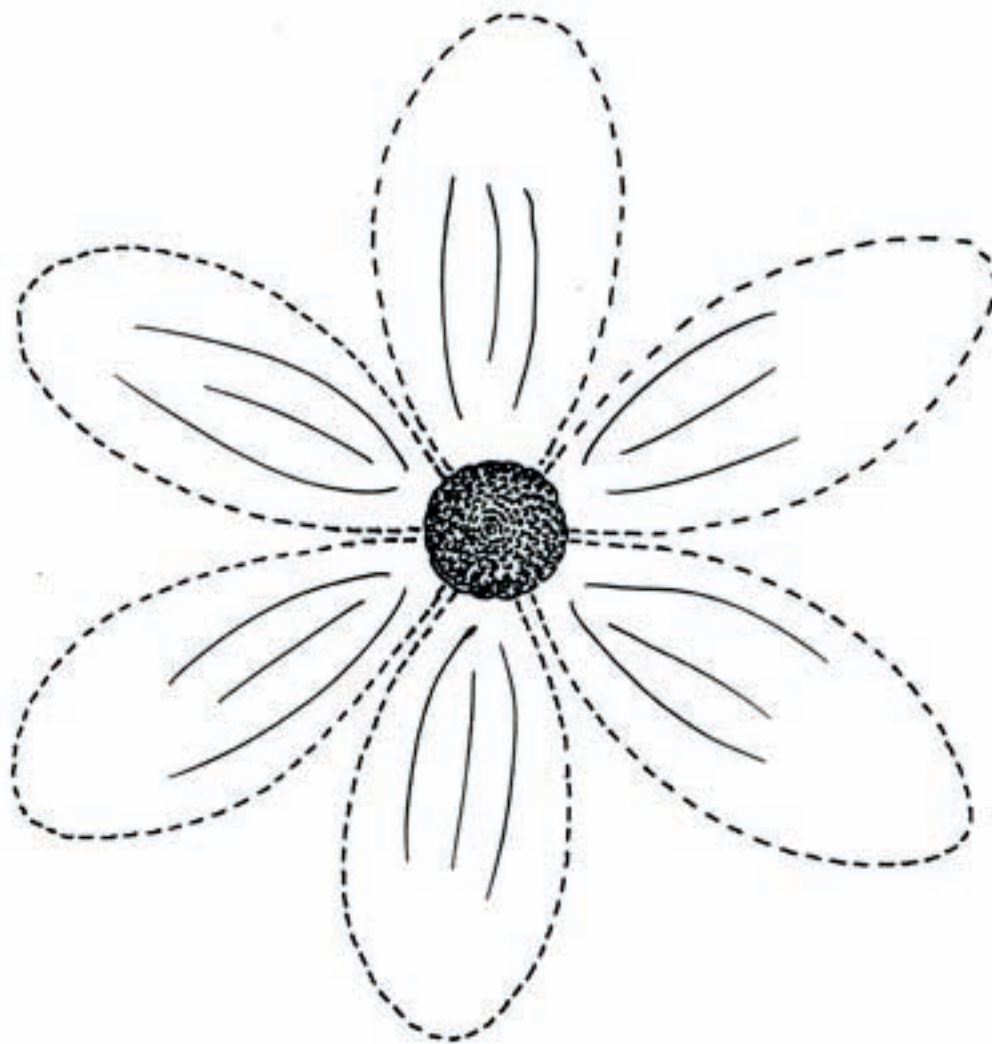
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



*Per cacciare la brutta strega puoi usare un incantesimo, ma prima ti serve un fiore...*

► Ritaglia i petali del fiore lungo i bordi tratteggiati e piegali all'interno del foglio (guarda l'immagine di esempio).

Soffia più volte sul fiore, controllando la durata del suono F: quando il fiato finirà, la paura sparirà!



## INDICAZIONI PER IL LOGOPEDISTA

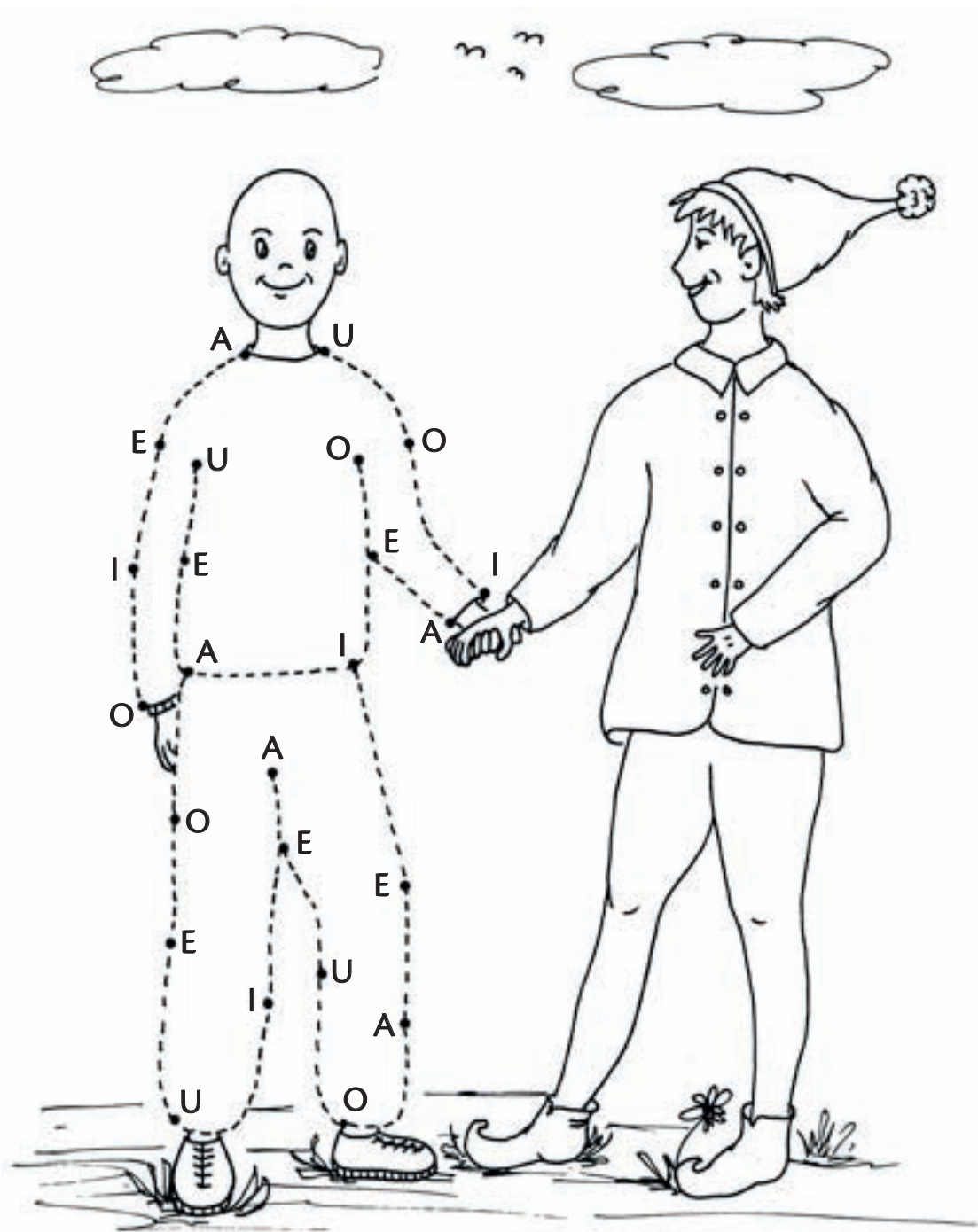


	<p>Si controlla che il bambino realizzi un movimento articolatorio rilassato.</p>
	<p>Si invita il bambino a realizzare le vocali in tono monotono prima una ad una poi con più vocali di seguito. Ad esempio: <i>aaaaaa oooooo uuuuuuuuu</i> <i>aaaaoo oooooo uuuuuuuuu</i></p>
	<p>Si controlla che l'intensità del suono non sia troppo bassa o alta per il bambino e che non si evidenzino contratture a livello del collo.</p>
	<p>Si aumentano progressivamente i tempi di emissione del suono in relazione alle capacità del bambino, rallentando o diminuendo i movimenti della mano che segue il disegno.</p>
	<p>Si correggono eventuali risonanze errate del bambino facendo notare nel disegno quale parte del corpo non dovrebbe risuonare.</p>



*Adesso tocca a te! Prendi Fadò per mano per andare lontano... Vedrai, con il folletto farai un viaggio perfetto. Infila il vestito e prosegui spedito!*

► Completa il tuo viso colorando gli occhi e disegnando i capelli. Poi disegna il vestito collegando le vocali e pronunciandole una ad una: mentre disegni, rallenta o aumenta la velocità della mano insieme alla velocità con cui emetti i suoni. Ricordati di pronunciare tutti i suoni tenendo la bocca rilassata.



## INDICAZIONI PER IL LOGOPEDISTA



	<p>Si invita il bambino a produrre i suoni tenendo rilassata la muscolatura facciale e del cingolo scapolare. Far emettere il vocalizzo con diversi gradi di apertura della bocca per apprezzarne la qualità.</p>
	<p>Si invita il bambino a controllare l'altezza tonale dell'emissione anche realizzando vocalizzi di terza ascendente e discendente oppure, per i più bravi, di quinta ascendente e discendente.</p>
	<p>Il vocalizzo può essere emesso mantenendo l'intensità costante oppure abbinando un incremento della forza di emissione alla variazione tonale.</p>
	<p>Si può aumentare gradualmente la durata dell'emissione prolungando la vocale.</p>

○ **NOTE**

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

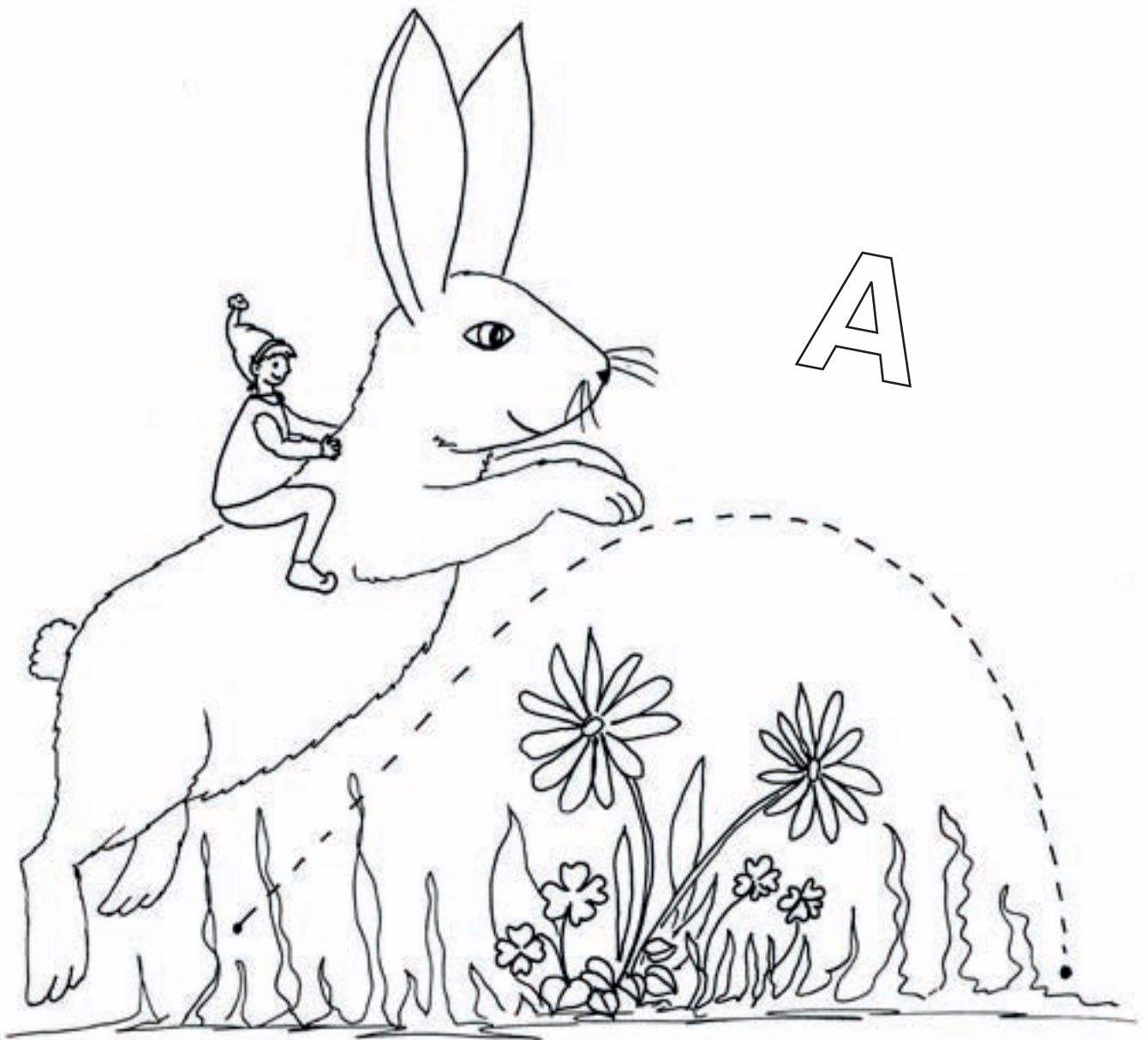
○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_



*Il folletto Fadò ha visto un meraviglioso coniglio, che salta qua e là e allora... monta in groppa e comincia a guidarlo per le orecchie sopra i quadrifogli e le margherite!*

► Immagina anche tu di guidare il coniglio, fai tanti salti e per ognuno pronuncia una vocale diversa.





## INDICAZIONI PER IL LOGOPEDISTA



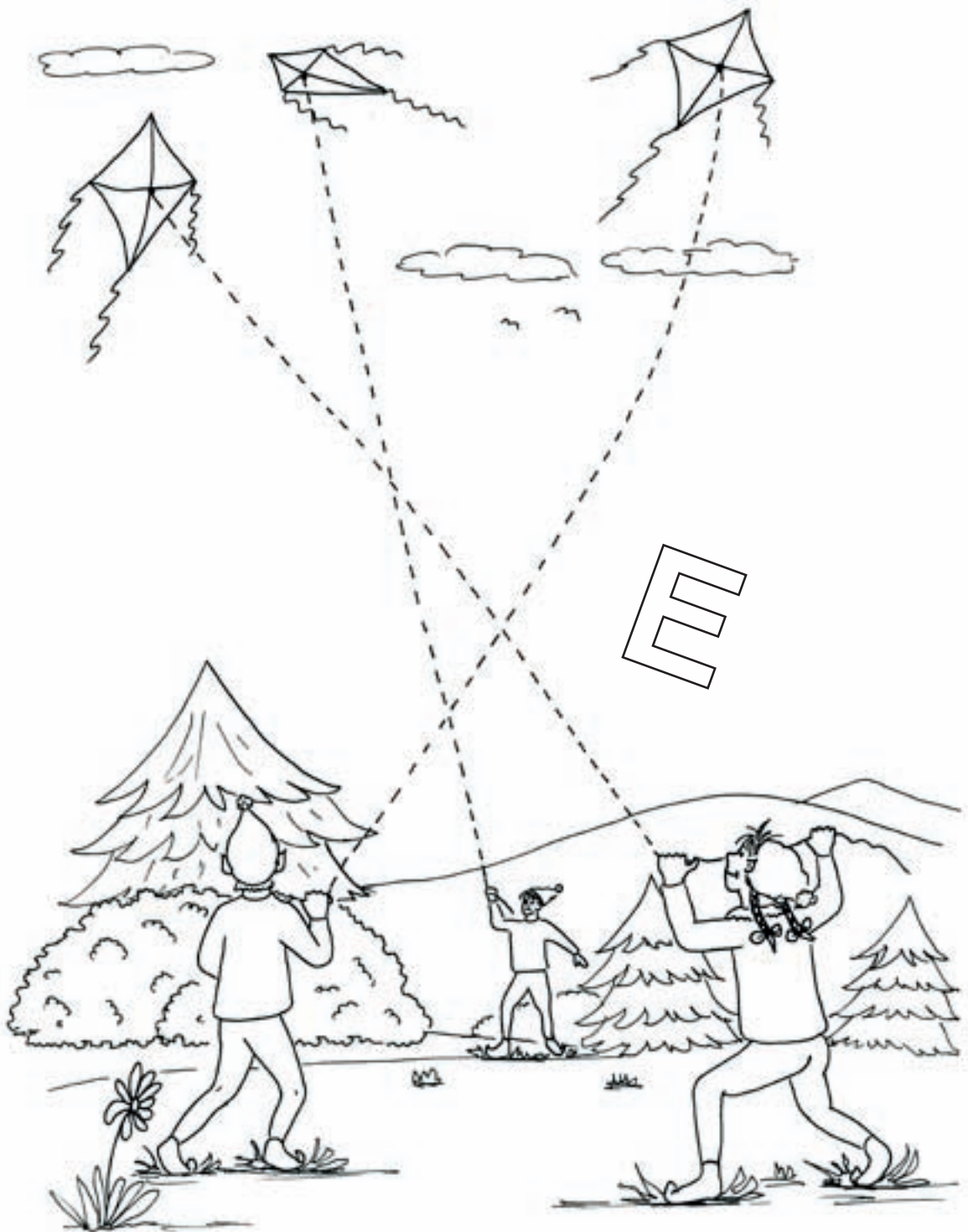
	<p>Si possono far ascoltare al bambino delle emissioni prodotte dal logopedista e invitarlo a distinguere se sono vocalizzi ascendenti o discendenti.</p>
	<p>Si fa eseguire al bambino un glissato ascendente.</p>
	<p>Si può far eseguire l'esercizio prima velocemente, poi via via più lentamente per aumentare la tenuta della voce che non deve essere percepita come tremolante.</p>

### NOTE

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

*Finita la pioggia Fadò e i suoi amici per festeggiare fanno volare in cielo gli aquiloni!*

► Fai volare anche tu la tua voce verso il cielo mentre colori il filo degli aquiloni.



## INDICAZIONI PER IL LOGOPEDISTA

**ATTENZIONE!**

*La storia seguente, «La formica Titina», riassume tutte le proposte del libro e quindi sta alla competenza del logopedista e alla fantasia del bambino utilizzare le varie abilità.*

**NOTE**

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

*Nonna Serena mi racconta sempre le storie del libro della foresta.*

► Oggi vuoi leggere tu per me questa storia?



(continua)