



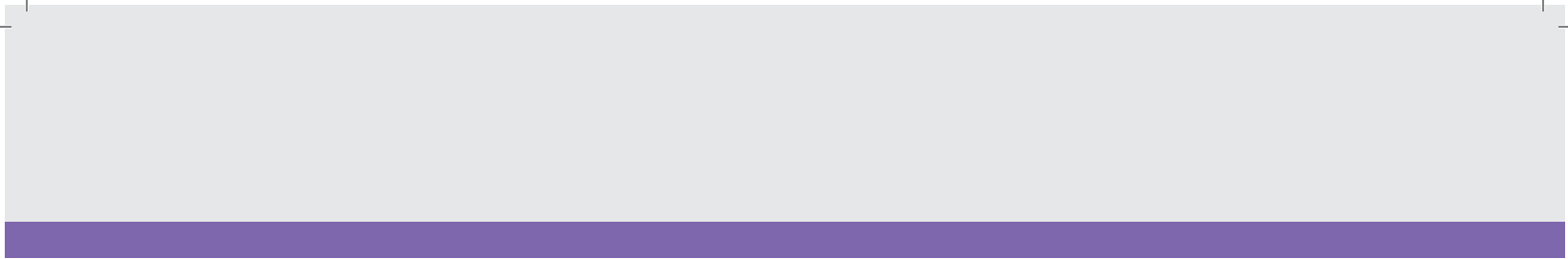
Co-funded by
the European Union
Lifelong Learning Programme

Guida operativa delle “Migliori Prassi”



Project n. 539260-LLP-1-2013-1-IT-GRUNDTVIG-GMP
Autistic adults Training for new Opportunities (AUTO)







Scopo del Manuale di buone prassi	2
Disturbo dello spettro Autistico e livelli di supporto	2
Le Migliori Prassi	3
A. Persone con ASD e necessità di un supporto molto consistente	4
B. Persone con ASD e necessità di un supporto sostanziale	11
C. Persone con ASD che necessitano di supporto	20
Strumenti aggiuntivi, considerati particolarmente utili per il training di persone con ASD	26
Coinvolgimento delle aziende e dei colleghi e il coinvolgimento delle famiglie	35
Best Practice in merito ai percorsi per il coinvolgimento delle aziende	36
Best Practice in merito ai percorsi per il coinvolgimento delle famiglie	37
Conclusioni	38

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea.
La pubblicazione riflette l'opinione dell'autore e la Commissione non può essere ritenuta responsabile del contenuto.

Scopo del Manuale di buone prassi

Questo Manuale nasce con l'intento di illustrare le migliori prassi sperimentate all'interno del Progetto AUTO, in relazione alle metodologie e agli strumenti formativi finalizzati a sostenere e favorire le persone con Disturbo dello Spettro Autistico (ASD), che in età adulta desiderano avvicinarsi al mondo del lavoro.

Nella prima parte sono descritte le caratteristiche diagnostiche dell'ASD e della sindrome di Asperger in relazione a diversi livelli di compromissione, con lo scopo di identificare l'approccio più adeguato e coerente con la persona e con il gruppo di appartenenza.

Gli strumenti identificati e selezionati provengono dalle attività di ricerca, progettazione e sperimentazione. Sono stati aggiunti anche alcuni strumenti e metodologie che non sono stati sperimentati nel corso del Progetto, ma che provengono da altre esperienze in EU e risultano utili ed efficaci.

Disturbo dello spettro Autistico e livelli di supporto

Il DSM-5 è l'edizione più aggiornata del Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali. Costituisce il prodotto di più di 10 anni di contributi da parte di centinaia di esperti in tutti gli aspetti della salute mentale in ambito internazionale. La loro dedizione e il duro lavoro hanno prodotto un volume autorevole che definisce e classifica i disturbi mentali, al fine di migliorare la diagnosi, il trattamento e la ricerca. Questa edizione ha adottato un approccio meno categorico e più dimensionale, rispetto al passato. I disturbi pervasivi dello sviluppo sono stati sostituiti dal concetto di un unico spettro autistico in continuum, che comprenda diverse categorie a partire da un basso funzionamento fino a buone abilità generali.

Ci sono tre livelli di gravità secondo il DSM-5 e tre livelli di supporto in funzione della gravità della diagnosi.

Livello 1: Richiesta di supporto (C)

- Comunicazione sociale: senza la presenza di supporti i deficit nella comunicazione sociale provocano difficoltà evidenti. Il soggetto ha difficoltà a iniziare le interazioni sociali e mostra chiari esempi di risposte atipiche o insuccesso nella risposta a iniziative sociali degli altri. Può apparire che abbia un diminuito interesse nelle interazioni sociali.
- Interessi ristretti e comportamenti ripetitivi: la rigidità di comportamento causa una grave interferenza con il funzionamento in uno o più contesti. È presente una difficoltà nella transizione tra le attività e i problemi di organizzazione e pianificazione ostacolano una vita indipendente.

Livello 2: Richiesta di un supporto sostanziale (B)

- Comunicazione sociale: sono presenti deficit marcati nella capacità di comunicazione sociale verbale e non verbale. L'impedimento sociale appare evidente anche quando è presente un supporto; iniziativa limitata nell'interazione sociale e ridotta o anormale risposta all'iniziativa degli altri.
- Interessi ristretti e comportamenti ripetitivi: preoccupazioni, rituali fissi e/o comportamenti ripetitivi appaiono abbastanza di frequente da essere evidenti per l'osservatore casuale e interferiscono con il funzionamento in diversi contesti. Stress o frustrazione appaiono quando sono interrotti ed è difficile ridirigere l'attenzione.



Livello 3: Richiesta di un supporto molto consistente (A)

- Comunicazione sociale: i gravi deficit nelle abilità di comunicazione sociale verbale e non verbale causano importanti difficoltà nel funzionamento, iniziativa molto limitata nelle interazioni sociali, e risposta minima alle aperture sociali degli altri.
- Interessi ristretti e comportamenti ripetitivi: la rigidità di comportamento, l'estrema difficoltà ad affrontare il cambiamento, o i comportamenti ripetitivi interferiscono marcatamente con il funzionamento in tutte le sfere. È presente grande disagio e importante difficoltà a distogliere il soggetto dal suo focus di interesse e se ciò avviene egli ritorna rapidamente ad esso.

Le migliori prassi

Non esistono strumenti completamente efficaci per le persone con ASD: l'individuazione della diagnosi e delle modalità in cui le caratteristiche dell'ASD si manifestano in un individuo è essenziale per qualsiasi programma terapeutico o educativo/abilitativo, ma risulta sterile senza una buona conoscenza della storia personale e del contesto ambientale e relazionale. In questo manuale proponiamo indicazioni e suggerimenti sulla base dell'esperienza clinica dei partners che hanno partecipato al Progetto AUTO, declinandole in categorie riconducibili ai livelli di sostegno necessari, come descritto nel DSM V.

Livello di supporto necessario	Metodologia/ strumento	Categoria
A	1. Abilità di Autonomia Personale	Comportamento Adattivo
	2. Giardinaggio	Orientamento professionale
	3. Compiti Specifici	Orientamento professionale
B	1. Comunicare	Competenze Comunicative
	2. Riconoscimento di emozioni e desideri	Competenze Sociali
	3. "Drammatizzazione creativa"	Competenze Sociali
	4. Essenza e Competenza	Workshop motivazionale
	5. Laboratorio di cucina	Comportamento Adattivo
	6. Abilità quotidiane	Comportamento Adattivo
	7. Pensieri intrusivi	Psicologia
	8. Libertà	Workshop motivazionale
	9. "Agorà"	Workshop motivazionale
C	1. Consapevolezza del mio autismo nel luogo di lavoro	Workshop
	2. Gestione dell'ansia nel luogo di lavoro	Workshop
	3. Affrontare un colloquio	Workshop
	4. Aiutarsi in gruppo-supporting circle	Workshop motivazionale
	5. Meditazione, aspirazioni e obiettivi	Workshop motivazionale
Ulteriori strumenti	Storie sociali	Competenze Sociali
	Giardinaggio: semplici compiti	Orientamento professionale
	Montagnaterapia	Comportamento Adattivo
	Comunicazione e fiducia	Comunicazione

A. Persone con ASD e necessità di un supporto molto consistente

È possibile individuare uno specifico percorso formativo per le persone con ASD che necessitano di un supporto molto sostanziale; possono essere presenti gravi deficit nelle capacità di comunicazione sociale, verbale e non verbale, ritardo mentale e difficoltà comportamentali. Elenchiamo di seguito alcuni strumenti individuati a seguito dell'esperienza di pilot testing e finalizzati a:

Formazione specifica volta a sviluppare o migliorare le abilità di autonomia personale attraverso attività specifiche come lavarsi le mani, vestirsi, andare alla toilette, utilizzando supporti visivi come il sistema Picture Communication System (PCS) o fotografie in sequenza.

• Abilità di autonomia personale. Comportamento adattivo

Target

Le abilità di autonomia personale rappresentano una parte fondamentale delle prime acquisizioni. Sono essenziali per una vita indipendente e se non apprese nel corso del tempo possono portare a richieste di delega/sostituzione o resistenza, di fronte a tali compiti.

Target group

Questi strumenti possono essere usati sia in età evolutiva che in età adulta nel caso non siano state acquisite precedentemente le abilità quotidiane necessarie coerenti con livello di sviluppo. Possono inoltre essere utilizzati con persone che presentano un grado di ritardo mentale medio ma anche in tutte le situazioni in cui si valuti la necessità di sviluppare/ incrementare tali abilità, sia in contesti terapeutici/abilitativi che domestici.

Setting, numero di partecipanti

I migliori risultati possono essere raggiunti con un approccio individuale. Laddove il professionista lo valuti possibile, in accordo con la complessità della situazione, si può utilizzare anche un rapporto 1:2.

Durata

Varia a seconda della situazione individuale dei partecipanti e della complessità del compito.

Preparazione

A seconda dell'obiettivo preposto, occorre predisporre ambienti e materiali adatti (toilette, cucina, camera da letto, etc) come PCS o fotografie, oppure oggetti concreti. Tali attività possono essere svolte sia in un contesto domestico che di Centro diurno.

Descrizione e procedura

Le competenze (lavarsi le mani, lavarsi i denti, mangiare, utilizzare il bagno, etc) vengono insegnate mediante una strutturazione specifica in cui l'azione è divisa in istruzioni separate e l'azione viene eseguita passo dopo passo.

La tecnica è chiamata "concatenamento" e viene usata per insegnare comportamenti e cose che non esistono in natura. In genere "concatenamento" è utilizzato per le attività che richiedono compiti complessi o troppo lunghi e/o articolati. In pratica, la "concatenazione" significa che il compito è diviso in sequenze. Può essere fornito aiuto fisico, verbale, gestuale.



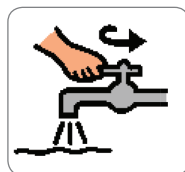
Esempio del lavaggio delle mani:

1. Rimboccarsi le maniche
2. Aprire il rubinetto
3. Mettere entrambe le mani sotto l'acqua
4. Prendete il sapone
5. Strofinare il sapone tra le mani
6. Riporre il sapone
7. Strofinare le mani
8. Sciacquare le mani
9. Chiudere il rubinetto
10. Prendere l'asciugamano
11. Asciugare le mani
12. Riporre l'asciugamano

Possono essere utilizzati supporti visivi per favorire la comprensione della sequenza:



Lavare le mani



Aprire
il rubinetto



Sapone



Lavare le mani



Chiudere
il rubinetto



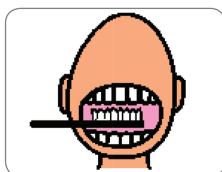
Asciugare le mani

Lavaggio dei denti:

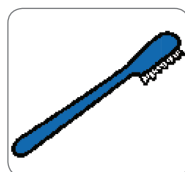
1. Prendere lo spazzolino da denti
2. Aprire il rubinetto
3. Posizionare lo spazzolino sotto l'acqua
4. Prendere il dentifricio
5. Aprire il tappo del dentifricio
6. Mettere il dentifricio sullo spazzolino
7. Spazzolare i denti
8. Sputare il dentifricio
9. Sciacquare lo spazzolino da denti
10. Riempire la tazza con acqua
11. Sciacquare la bocca
12. Sputare
13. Chiudere il rubinetto
14. Mettere il tappo al dentifricio
15. Riporre il dentifricio
16. Riporre lo spazzolino

È utile insegnare il compito scomponendolo in step, premiando ogni successo prima di proseguire. Gli esempi forniti possono essere utilizzati con un approccio di consequenzialità: si comincia con la prima azione che viene praticata per un certo tempo mentre gli step successivi vengono eseguiti con l'aiuto di un'altra persona senza insistere. Quando la prima azione è eseguita di propria iniziativa, si passa alla seconda azione mentre la successiva sarà svolta insieme con l'altra persona e così via fino a che lui / lei sarà in grado di padroneggiare la sequenza completa di azioni.

Possono essere utilizzati supporti visivi per favorire la comprensione della sequenza:



Lavaggio dei denti



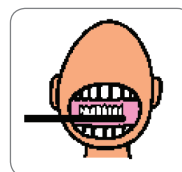
Spazzolino



Dentifricio



Mettere
il dentifricio
sullo spazzolino



Lavaggio
dei denti



Sciacquare
la bocca

Vestirsi/svestirsi in autonomia:

Allo stesso modo può essere insegnato a vestirsi / svestirsi. Solitamente si inizia con lo svestirsi, per passare poi alla capacità di vestirsi a cominciare dai capi più facili da gestire.

Nella prima fase l'individuo è incoraggiato a prendere il suo cappello calze, scarpe, a sbottonarsi la giacca e togliere un braccio dalla manica. Si continua con pantaloni e camicia da sbottonare / maglietta da sfilare, pantaloni con elastico, etc..

In una fase successiva, lui / lei possono scegliere gli abiti e vestirsi da solo.

Possono essere utilizzati supporti visivi per favorire la comprensione della sequenza:



Vestirsi



Intimo



Pantaloni



T-shirt



Calze



Scarpe

Per mangiare in autonomia:

L'apprendimento della capacità di mangiare in autonomia può essere acquisita attraverso un approccio chiamato "collegamento inverso". In altre parole:

1. Prendete il cucchiaino, riempite con il cibo e imboccate. Quando il cucchiaino è nella bocca, togliete la mano e osservate la reazione. È probabile che lui / lei si tolga il cucchiaino dalla bocca, così come può accadere che lo lasci cadere aprendo la bocca.
2. Aiutate la persona a non buttare via il cucchiaino, ma a metterlo nel piatto.
3. Riempite il cucchiaino e lasciatelo nel piatto, cercando di ridurre gradualmente l'aiuto.
4. Mettete il cucchiaino nel piatto e aiutate a riempire e mettere in pratica fino a quando lui / lei è in grado di farlo in autonomia.
5. Mettete il cucchiaino vicino al piatto e incoraggiare a prendere, riempire, mettere in bocca e ripetete la procedura fino alla fine del pasto.

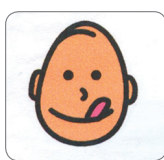
Note: Naturalmente sono da privilegiare cibi graditi.

È possibile reperire molto materiale didattico per l'alimentazione nel sito seguente:

http://www.livingwellwithautism.com/how_to_use_picture_cards_and_schedules/food_visual_helpers



Che sapore ha?



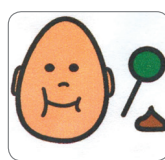
Buono



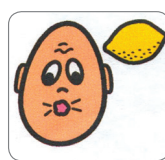
Pessimo



Salato



Dolce



Aspro



Piccante



Può essere utile che la persona mangi insieme ad altri che stanno seguendo lo stesso approccio, per favorire l'imitazione e la condivisione. Allo stesso modo si raccomanda che venga individuato un luogo dove mangiare e che non venga dato cibo in altri momenti/ luoghi.

Durante queste attività è frequente riscontrare preferenze e selettività alimentari: è consigliabile aumentare gradualmente la varietà di cibo, dato che spesso il rifiuto è dato da elementi sensoriali (aspetto, odore, consistenza..) piuttosto che dal sapore. Un suggerimento per stimolare a gustare cibi nuovi è proporre un alimento nuovo accanto ad uno gradito. Quando la persona inizia a mangiare perché ha fame, è possibile "premiarla" proponendo anche il cibo preferito.

Uso dei servizi igienici con autonomia:

Un'area su cui è possibile ottenere buoni risultati con questa metodologia è l'uso dei servizi igienici:

1. Si considera che alcune persone adulte non possiedano il controllo sfinterico, per cui utilizzino un pannolone. La persona dovrebbe essere accompagnata in bagno ad intervalli regolari (ogni ora) abbinando all'azione l'icona corrispondente. Ogni volta che si deve utilizzare lo stesso messaggio verbale che può essere "Stiamo andando al bagno!", "Stiamo facendo la pipì!". Si fa sedere la persona sul water, anche se ha il pannolone bagnato e la si invita ad urinare (possibilmente girando il rubinetto e facendo scorrere l'acqua) lodandolo quando lo ha fatto. Un particolare accento è posto sulla promozione a comunicare (verbalmente o no) la necessità di andare in bagno: prendere da solo un'icona, toccarsi i pantaloni, dire "pipì" o un'altra parola, etc. Dovrebbe essere annotato in un grafico giornaliero l'orario in cui la persona utilizza i servizi igienici. Questa fase può durare 2-3 mesi.
2. Una volta che è stato identificato il momento in cui la persona urina, viene accompagnata in bagno al momento giusto e il pannolone viene rimosso. Il rinforzo positivo (lode) viene espresso al momento dell'utilizzo corretto del WC e negativo (argomento) se si blocca. È naturale che si potranno verificare "incidenti di percorso" ma la loro frequenza dovrebbe diminuire progressivamente. In questa fase il grafico non viene più usato.

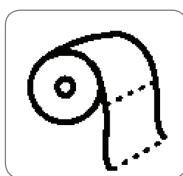
Supporti visivi:



Water



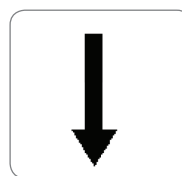
Usare il water



Pulire



Scaricare



Abbassare
la sedutata



Lavare le mani

Source

EDUPRO e Blijdorp Association

Ulteriori informazioni:

- Vestirsi/svestirsi:

<http://www.atypicalfamilia.com/2014/03/tips-for-teaching-kids-with-autism-to.html>

- Altre situazioni::

http://www.livingwellwithautism.com/how_to_use_picture_cards_and_schedules/self_care_visual_helpers

Orientamento professionale specifico, attività per sviluppare semplici competenze di orticoltura e giardinaggio o compiti semplici finalizzati a sviluppare / migliorare la comunicazione e gli obiettivi relazionali, la formazione o il miglioramento di abilità pratiche (imparare a piantare un fiore in un vaso di seguito indicazioni verbali o pittogrammi).

• Giardinaggio e orticoltura. Orientamento professionale

Target

Obiettivi comunicativi:

- comunicazione verbale: riconoscere, nominare alcuni strumenti, piante, semi, attività correlate all'area specifica.
- comunicazione non-verbale: riconoscere, nominare alcuni strumenti, piante, semi, attività correlate all'area specifica.

Obiettivi relazionali/sociali/lavoro di gruppo:

- iniziare un'azione
- attendere il proprio turno
- eseguire compiti
- interagire, etc.

Target group

Giovani adulti con ASD che desiderano intraprendere un percorso di orientamento professionale, a diversi livelli di funzionamento generale

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo, a coppie, individuale.
10 partecipanti.

Durata

4 ore e 30 minuti (occorrono numerose sessioni di lavoro, da valutare a seconda dei partecipanti)

Preparazione

È necessario predisporre il seguente materiale: matite, pittogrammi/immagini di stagioni, foglio di lavoro, dispositivi di protezione, strumenti di giardinaggio; bicchieri, bottiglia d'acqua, snack, materiali illustrati, suoni della natura, immagini indicanti: pala, vanga, rastrello, cesto di vimini, manico di scopa, annaffiatoio.

Descrizione e procedura

I. Formare competenze teoriche

1. Presentazione / descrizione delle stagioni

- Primavera "gli alberi fioriscono"
 - immagini di alberi in fiore, fiori, etc.
 - immagini di ortaggi che possono essere piantati (cipolle, pomodori, peperoncino)
 - immagini di azioni (scavare, rastrellare, spazzare)
 - campionario di suoni: cinguettio
- Estate "il sole"
 - immagini di alberi con foglie/frutta
 - immagini di frutta di stagione (ciliegie, fragole, ecc)
 - immagini di attività stagionali (zappatura, pulizia, innaffiatura)
 - campionario di suoni: tuoni, pioggia.
- Autunno "il raccolto"



- immagini di foglie gialle
- immagini di uccelli migratori
- immagini della raccolta di verdura
- campionario di suoni: vento / pioggia
- Inverno “neveca”
 - immagini di alberi spogli
 - immagini della neve
 - immagini dell'albero di Natale
 - campionario di suoni: tempesta di neve/temporale.

2. Riconoscere gli attrezzi da lavoro (pittogrammi)

- immagini di: zappa, vanga, rastrello, cesto di vimini, scopa, annaffiatoio.
- pittogrammi abbinati al nome.
- a seconda del livello di sviluppo dei partecipanti gli attrezzi saranno presentati e appresi uno per uno.

3. Imparare a lavorare in gruppo (a coppie)

Durante il processo di apprendimento, i partecipanti sono coinvolti in attività di gruppo coerentemente alle tematiche presentate. Ad esempio: quando imparano le stagioni possono lavorare per fare un collage comune, un disegno, attività prassico-costruttive.

Nello stesso tempo i trainers provvederanno a:

- semplificare le istruzioni attraverso indicazioni verbali o attraverso l'imitazione
- coinvolgere in giochi semplici per facilitare la collaborazione:
- per avviare un'azione
- per rispettare i turni
- per eseguire il compito
- per interagire con gli altri, etc.

4. Imparare ad utilizzare gli attrezzi (immagini, oggetti concreti)

Saranno presentati gli strumenti, le immagini corrispondenti e l'utilizzo di ciascun attrezzo.

5. Presentazione del ciclo di crescita di alcune piante/ verdure/ ortaggi (immagini, pittogrammi)

Presentazione del ciclo evolutivo di una pianta dalla semina, germinazione, coltivazione, fruttificazione. Si inizierà con la presentazione delle immagini per passare successivamente al lavoro pratico.

6. Presentazione di come prendersi cura di una pianta (immagini che rappresentano azioni specifiche: irrigazione, scavo, pulizia, etc.)

Pittogrammi/immagini che rappresentano la cura della pianta in diversi stadi di crescita. Si inizierà con la presentazione delle immagini per passare successivamente al lavoro pratico.

7. Verdura raccolta e il loro uso come alimento

- pittogrammi / immagini con verdura
- fasi della raccolta
- utilizzo delle verdure come cibo: insalata mista.

II. Formare abilità pratiche

1. Consapevolezza dell'alternarsi delle stagioni

Saranno realizzate attività nella natura con esempi reali per ogni stagione.

- Primavera:
 - raccolta di fiori, passeggiata tra gli alberi in fiore
 - preparare il terreno per la semina
 - piantare le verdure

- i cambiamenti nella natura
- ascolto dei suoni della natura: il canto degli uccelli.
- Estate:
 - i cambiamenti nella natura
 - passeggiata tra gli alberi con foglie/ con la frutta
 - percezione del calore del sole
 - piantare e innaffiare le piante.
- Autunno:
 - i cambiamenti nella natura: le foglie che cambiano colore, la pioggia e il vento, l'abbassamento della temperatura, la migrazione degli uccelli.
 - raccolta della verdura
 - concimazione e preparazione del terreno per il ciclo successivo.
- Inverno:
 - i cambiamenti nella natura: alberi senza foglie, basse temperature, la neve.

2. Presentazione degli attrezzi (spogliatoio e rastrelliera)

In una stanza apposita ciascun partecipante avrà un suo spazio per riporre gli oggetti unitamente ad un abbigliamento adeguato (indumenti protettivi). Gli strumenti e gli attrezzi saranno appesi in una rastrelliera, ciascuno con il pittogramma specifico.

Fonte

Blijdorp Association

• Compiti specifici. Orientamento professionale

Target

Obiettivo principale dell'attività di orientamento professionale è l'apprendimento di nuove abilità, per esempio creare una cartolina e vendere il prodotto finale, utilizzando indicazioni verbali, utilizzando supporti visivi e giochi di ruolo (venditore e cliente).

Obiettivi secondari:

1. stimolare le abilità pratiche necessarie per fare una carta per un evento speciale, adeguate al livello di sviluppo
2. migliorare la capacità di lavorare in team e con i formatori
3. migliorare l'autostima e la gestione delle vostre emozioni durante l'attività
4. migliorare la capacità di ascoltare e comunicare con gli altri

Target group

Giovani adulti con ASD che desiderano intraprendere un percorso di orientamento professionale, a diversi livelli di funzionamento generale

Setting, number of participants

Lavoro di gruppo, a coppie, individuale.

10 partecipanti

Durata

4 ore e 30 minuti

Preparazione

- È necessario predisporre il seguente materiale: carta, matite, temperamatite, ornamenti, forbici, colla, gomme, matite colorate, buste, una carta da utilizzare come modello (supporto visivo)



Descrizione e procedura

1. introduzione: Accoglienza e presentazione: abbinamento delle persone ad una carta, breve riassunto della sessione precedente, presentazione del programma della giornata;
2. esempio: evento dell'8 marzo. Dialogo con i partecipanti e utilizzando anche il supporto visivo (soprattutto per i partecipanti non verbali);
3. selezione dei materiali da utilizzare per creare la cartolina: ogni partecipante sarà supportato nella scelta del colore, delle decorazioni, degli strumenti. Sarà spiegato come lavorare in sicurezza;
4. creare la cartolina: i trainers monitoreranno l'attività, incoraggeranno i partecipanti a comunicare i loro bisogni e le difficoltà, offrendo aiuto dove è necessario (indicazioni verbali, supporto fisico);
5. presentazione della cartolina: ogni partecipante presenterà il proprio lavoro al gruppo;
6. time out: WC, drink e uno spuntino, ogni partecipante trascorrerà il proprio tempo libero nel modo in cui piace;
7. role-playing: venditore e cliente. Presentazione della cartolina e argomenti per promuoverne l'acquisto (lavoro manuale, modello unico, fatto per sostenere le persone con disabilità);
8. gioco palla: bowling;
9. discussioni finali: impressioni, suggerimenti per la prossima sessione, saluti.

Fonte

Blijdorp Association

B. Persone con ASD e necessità di un supporto sostanziale

Abbiamo identificato, sempre partendo dall'esperienza dei partner, alcuni **tools for students requiring substantial support**. A questo livello sono presenti difficoltà sociali e di comunicazione, deficit cognitivo e strategie di problem solving molto rigide, difficoltà comportamentali. Le persone con ASD che presentano queste caratteristiche rappresentano la categoria più numerosa, dove afferiscono anche le situazioni di "doppia diagnosi" (comorbidità psichiatrica).

Questi strumenti sono finalizzati allo sviluppo e al miglioramento della capacità di riconoscere ed esprimere le emozioni, i sentimenti, i desideri, unitamente alla capacità di comunicare correttamente le esigenze personali. Sono utilizzabili per la formazione di persone con o senza linguaggio verbale.

• Comunicare. Competenze comunicative

Target

L'obiettivo principale è lo sviluppo della capacità di comunicare correttamente le esigenze personali

Target group

Giovani adulti con ASD che desiderano intraprendere un percorso di orientamento professionale, a diversi livelli di funzionamento generale

Setting, number of participants

Lavoro di gruppo, a coppie, individuale.

10 partecipanti

Durata

4 ore e 30 minuti

Preparazione

- È necessario predisporre il seguente materiale: carta, matite, pittogrammi / immagini con diverse situazioni di modi corretti / non corretti per comunicare i bisogni personali, fogli di lavoro, forbici, colla, pannello per visualizzare il lavoro finale, lettore CD, occhiali, bottiglia d'acqua, snack.

Descrizione e procedura

1. Introduzione: accoglienza e presentazione: abbinamento delle persone ad una carta, breve riassunto della sessione precedente, presentazione del programma della giornata.
2. Breve presentazione di alcuni modi per comunicare esigenze personali.
3. Presentazione di pittogrammi / immagini con varie situazioni, individuare il modo corretto di comunicare.
4. Foglio di lavoro: a) Ogni partecipante riceverà un foglio di lavoro con diverse immagini, che descrivano in un ordine casuale una possibile situazione. La richiesta è di ritagliare e incollare le immagini nel giusto ordine per poi presentarle ai compagni.
5. Break, spuntino, WC.
6. Foglio di lavoro: b) Ogni partecipante riceverà un foglio di lavoro contenente varie immagini, la richiesta è di identificare la modalità corretta di comunicare i bisogni personali agli altri, per poi presentarla ai compagni
7. Role playing: per esempio invitare un compagno a ballare, comunicando in modo appropriato.

Fonte

Blijdorp Association

• Riconoscimento di sentimenti, desideri ed emozioni. Competenze sociali

Target

Le persone con ASD hanno generalmente grandi difficoltà nella percezione ed espressione di emozioni, sentimenti e desideri, questo metodo si concentra su questo tema.

Target group

Giovani adulti con deficit cognitivo di grado medio o grave

Nota: questo strumento potrebbe essere utilizzato anche in età evolutiva.

Setting, numero di partecipanti

Il miglior risultato potrebbe essere ottenuto lavorando con ciascun partecipante singolarmente. Tuttavia, sulla base del grado di gravità della condizione è possibile un approccio a coppie.

Durata

2 ore

Preparazione

È necessario predisporre il seguente materiale: immagini reali con persone che esprimono emozioni diverse (pianto, riso, paura, dolore, etc), disegni che rappresentano le emozioni, registrazioni di suoni riferibili a emozioni (per esempio: risate, pianto).

Descrizione e procedure

Si inizia con le emozioni principali: felicità e tristezza.

Il lavoro con i partecipanti è organizzato in 3 livelli. La durata di ogni livello dipende dalla capacità del partecipante.



Al **primo livello** il trainer utilizza immagini e suoni reali, di cui il partecipante deve identificare l'espressione facciale corrispondente.

Esempio:

Risata

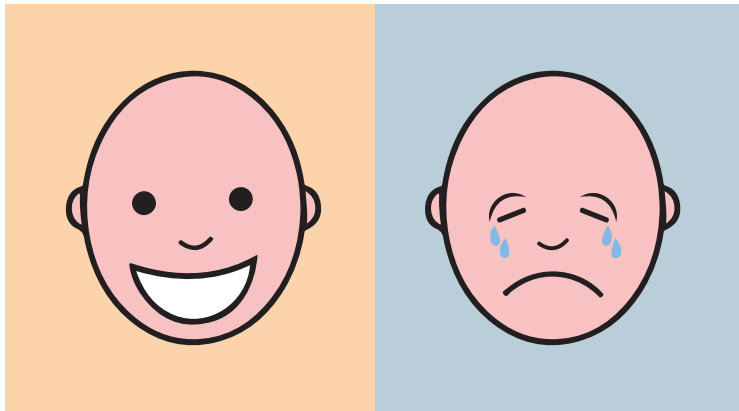
Pianto



Al **secondo livello**, al posto delle fotografie sono utilizzati i disegni.

Risata

Pianto



Infine, a un livello di complessità più elevato, il trainer chiede che siano riconosciute tristezza o felicità attraverso la presentazione di situazioni verbali.

Dopo il lavoro sulle emozioni di base, si può passare al dolore, alla sorpresa, alla paura, etc.

Fonte

EDUPRO

Tra gli strumenti proposti includiamo anche la Drammatizzazione creativa e il role - playing, unitamente ad alcune attività di orientamento professionale.

• Drammatizzazione creativa. Competenze sociali

Target

Le persone con ASD presentano un deficit nell'area delle interazioni sociali: è stato sviluppato un programma articolato in più sessioni di piccoli gruppi per aumentare la percezione sociale, basato sul presupposto che alla base delle difficoltà sociali ci possano essere problemi percettivi o interpretativi.

Target group

Persone con ASD e linguaggio verbale.

Setting, numero di partecipanti

Lavoro in piccoli gruppi (3/5 partecipanti), 2 trainers.

Durata

Il programma prevede 15 minuti di role - playing e 30 minuti per la rielaborazione in gruppo, per ogni sessione di lavoro.

Preparazione

È necessario uno spazio dove le persone si possano muovere liberamente, alcune sedie.

Descrizione e procedura

La "drammatizzazione creativa" si svolge attraverso azioni e dialoghi spontanei dopo che il gruppo insieme ai trainers ha scelto una trama e deciso i ruoli. In questa attività possono essere incorporate tecniche di modeling, role-playing, feedback correttivo e rinforzo, per permettere ai trainers di facilitare il cambiamento nel modo di agire e pensare. I trainers propongono un argomento e sulla base di questo il gruppo pensa e immagina una scena simile alla situazione proposta.

Gli argomenti possono essere:

- Comunicazione e ascolto
- Gestione di difficoltà impreviste nella vita quotidiana
- Difficoltà di sintonizzazione affettiva
- Indipendenza personale
- Relazioni interpersonali e competenze sociali sul posto di lavoro.

Gli obiettivi delle attività sono:

- Consapevolezza del linguaggio del corpo, i gesti e le espressioni facciali, il contatto visivo e il rispetto dello spazio personale
- Modulazione del tono/volume della voce
- Conversazioni formali ed informali
- Comprensione dei limiti della persona/situazioni
- I cambiamenti nella conversazione
- Interesse per ciò che gli altri hanno da dire.

Fonte

Freeman G.D., Sullivan K., Fulton C.R. "Effects of creative drama on self-concept, social skills and problem behaviour"

Guli L.A. Semrud-Clikerman M., Lerner. "Social competence intervention program"

Portman Minne E., Semrud-Clikerman M. "A social competence intervention for young children with High Functioning autism and Asperger Syndrome: a pilot study"

ANFFAS onlus Massa Carrara



• **Essenza e competenza. Workshop motivazionale**

Target

L'obiettivo principale di questa attività è entrare e far entrare in contatto i partecipanti con ciò che desiderano fare, da dove nasce la loro motivazione e che tipo di risorse possono essere attivate.

Target group

Questo tipo di strumento può essere potenzialmente applicato a tutte le persone con disabilità e con ASD. È naturalmente necessario adattare lo stile delle domande al livello di abilità e comprensione del destinatario.

Setting, numero dei partecipanti

Massimo 15 partecipanti

Durata

1 ora e 30 minuti

Preparazione

È necessario predisporre il seguente materiale: dispense in A4 con disegnato un calice, carta, matite.

Descrizione e procedura

1. I partecipanti sono invitati a scrivere su un pezzo di carta le cose che amano fare. Non necessariamente connesse al lavoro e all'occupazione, 10 minuti.
2. I partecipanti sono invitati a scrivere su un altro pezzo di carta le cose che non amano fare.
3. Discussione in coppia su che tipo di competenze sono necessarie per attività preferite, poi si chiede di scriverle dentro il calice. Le competenze che mancano per svolgere le attività spiacevoli possono essere scritte al di fuori del calice.
4. Si ottiene un quadro dei punti di forza e dei punti di debolezza, e si avvia un processo di riflessione ad alta intensità.
5. In un incontro i partecipanti sono aiutati a riflettere riguardo al dove le competenze che hanno scritto all'interno del calice possono essere utili nel mercato del lavoro. "Cosa posso fare con le mie risorse"?
6. Attivazione del lavoro in piccoli gruppi: gruppi con un massimo di quattro membri discutono e confrontano i propri disegni, aggiungendo idee e risorse, se possibile.
7. Alla fine ognuno ha una restituzione visiva delle proprie risorse e potenzialità, elementi che rappresentano un primo collegamento al mercato del lavoro.

Fonte

"what I really really want training" – Zuljevic-Salamon, Berndorfer, Foschum

Strumenti per lo sviluppo e il miglioramento delle abilità di autonomia personale e di vita indipendente: laboratorio di cucina con l'utilizzo di pittogrammi o semplici istruzioni verbali.

• **Laboratorio di cucina. Comportamento adattivo**

Target

L'obiettivo di questa attività è la preparazione di una Macedonia seguendo le indicazioni dei trainers (naturalmente può essere adattata a diverse preparazioni, utilizzando differenti canali comunicativi)

Target group

Giovani adulti con ASD che desiderano intraprendere un percorso di orientamento professionale, a diversi livelli di funzionamento generale

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo, a coppie, individuale.

10 partecipanti

Durata

4 ore e 30 minuti

Preparazione

È necessario predisporre il seguente materiale: pittogrammi/immagini della frutta, dei dispositivi di protezione che verranno utilizzati, un cestino, degli utensili da cucina, delle posate, di piccole ciotole per servire, degli ingredienti, di soldi, del sapone e dell'asciugamano, di un sacchetto di plastica; occhiali, bottiglia d'acqua, snack.

Descrizione e procedura

1. Introduzione: Accoglienza e presentazione: abbinamento delle persone ad una carta, breve riassunto della sessione precedente, presentazione del programma della giornata
2. Presentazione degli strumenti ed attrezzature della cucina e dei materiali di protezione che verranno utilizzati. Lavoro di gruppo su preferenze e informazioni sul cibo
3. Presentazione dei pittogrammi / immagini rappresentanti la frutta
4. Role-playing: lavoro in coppia, cliente e venditore al fine di acquistare una frutta che sarà messa nella borsa
5. Spiegazione delle norme di igiene personale durante la preparazione/cottura di un cibo
6. Preparazione di una macedonia di frutta, seguendo indicazioni verbali, le immagini, o con un aiuto fisico: i partecipanti indosseranno un grembiule, laveranno e taglieranno la frutta, mescolando poi nella ciotola tutti gli ingredienti
7. Apparecchiatura della tavola con l'insalata di frutta e consumazione della ricetta preparata
8. Sistemazione della cucina e della tavola, pausa, WC.
9. Conclusione: ogni partecipante condividerà con il gruppo il proprio vissuto sull'attività, verbalmente o con i pittogrammi.

Fonte

Blijdorp Association

Alcune attività sono rivolte al miglioramento delle competenze sociali e personali che sono utilizzate nella vita di tutti i giorni, prevedendo anche la generalizzazione di quanto appreso in vari contesti e nel territorio.

• Abilità quotidiane. Comportamento adattivo

Target

L'utilizzo di strategie per favorire lo sviluppo e il miglioramento della competenze di autonomia nelle persone con ASD dovrebbe essere basato sul livello di funzionamento e sulle caratteristiche cognitive tipiche dell'autismo. Occorre quindi programmare pause frequenti, scomporre il compito in parti anziché fornire complesse sequenze di attività, utilizzare strategie visive, organizzare e strutturare l'ambiente per facilitare lo svolgimento delle attività.

Le attività formative finalizzate allo sviluppo delle competenze di autonomia personale e sociale hanno bisogno, inoltre, di una fase di lavoro in un contesto conosciuto (centro diurno, ambulatorio, casa, scuola, etc..) e di una fase di generalizzazione nel territorio e in contesti diversi.

**Target group**

Persone con ASD a diversi livelli di funzionamento generale.

Setting, numero di partecipanti

Lavoro in piccoli gruppi (3/5 partecipanti), 2 trainers.

Durata

Le attività sono suddivise in due sezioni: una parte di lavoro in “aula” che prevede un lavoro di gruppo e l'uso di immagini (1 ora), e una parte di esperienza nel territorio (2 ore).

Preparazione

È necessario disporre di un luogo dove le persone possono muoversi agevolmente, alcune sedie, personal computer dotato di videoproiettore, diapositive, biglietti per l'autobus e denaro.

Descrizione e procedura

I trainers utilizzano come partenza per il lavoro di gruppo le slides “È la cosa giusta da fare!” per spiegare i comportamenti adeguati ai vari contesti: bar, lavoro, corridoio, palestra, tempo libero.

Il focus è:

- Il comportamento rispettoso
- Il comportamento responsabile
- Il comportamento sicuro
- Il comportamento gentile

Nella seconda parte dell'attività i formatori e gli studenti vanno in un bar per uno spuntino, gli studenti possono interagire con il personale, comprare quello che vogliono e mangiare insieme.

Si può andare al bar a piedi o in autobus.

Gli obiettivi delle attività sono:

- Conoscere le parole/ stili comunicativi che si possono utilizzare in ambienti diversi
- Sottolineare il comportamento da utilizzare in ambienti diversi
- Specificare le cose che si possono fare in diversi ambienti
- Saper leggere gli orari degli autobus, capire quale bus è necessario per raggiungere la meta, prendere l'autobus e scendere alla fermata giusta
- Saper interagire con persone non familiari, utilizzare denaro e mangiare insieme.

Source

Sparrow S., Balla D. “Vineland adaptive behaviour Scales” - Slides by ANFFAS onlus Massa Carrara

Alcune attività sono state sviluppate per insegnare semplici strategie per controllare o ridurre i pensieri intrusivi. Prevedono l'utilizzo di immagini e video, differenti livelli di complessità.

• Pensieri intrusivi. Psicologia**Target**

Le persone con ASD hanno spesso difficoltà a controllare i pensieri intrusivi ed invadenti. Queste attività sono una proposta per lo sviluppo di strategie per ridurre l'invasività.

Target group

Persone con ASD e linguaggio verbale

Setting, numero di partecipanti

Lavoro in piccoli gruppi (3/5 partecipanti), 2 trainers

Durata

I trainers utilizzano come punto di partenza per il lavoro di gruppo le slides per circa 15 minuti, a seguire 15 minuti circa di role-playing e 30 minuti di rielaborazione (in più sessioni di lavoro)

Preparazione

È necessario disporre di un luogo dove le persone possono muoversi agevolmente, alcune sedie, personal computer dotato di videoproiettore, diapositive

Descrizione e procedura

I trainers utilizzano le slides, a seguire il role-playing e uno spazio di rielaborazione (per ogni sessione di lavoro).

I temi delle diapositive sono:

- Pensatori inflessibili
- Pensatori flessibili
- Che cosa è un impulso?
- Cosa è il controllo di sé?
- Che cosa succede quando si hanno pensieri intrusivi?
- Come puoi difenderti dai pensieri intrusivi?

Gli obiettivi di queste attività sono:

- Aumentare la possibilità di monitorare i pensieri intrusivi
- Condividere strategie di autocontrollo

Fonte

Slides by ANFFAS onlus Massa Carrara

Alcune metodologie sono utili per studenti a livello B e per gli studenti a livello di C, adattando la complessità della comunicazione da parte dei trainers e la durata delle attività. Si tratta di workshops motivazionali.

• Libertà. Workshop motivazionale

Target

L'obiettivo principale di queste attività è il favorire un processo di riflessione su se stessi e sulla libertà.

Target group

Questo tipo di strumento può essere potenzialmente applicato a tutte le persone con disabilità e con ASD. È naturalmente necessario adattare lo stile delle domande al livello di abilità e comprensione del destinatario.

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, a coppie, individuale, role-playing.

Massimo 15 partecipanti

Durata

1 ora e mezza

Preparazione

- Dispense, carta, matite, lavagna a fogli mobili

Descrizione e procedura

1. Sessione di rilassamento; musica rilassante e focalizzazione sulla respirazione (Jacobson); 10 minuti.
2. Al termine della sessione i partecipanti sono invitati a riflettere su di sé.
3. Lavoro in piccoli gruppi di massimo quattro partecipanti:



- a. Che cosa significa la libertà per me?
 - b. Quando posso essere libero?
 - c. Che cosa favorisce la mia sensazione di libertà?
 - d. Che cosa è di ostacolo alla mia sensazione di libertà?
 - e. Quanto è importante la libertà per me?
4. Ogni gruppo scrive le proprie risposte e il contenuto della discussione sulle lavagne a fogli mobili o sulle "moderation cards".
 5. I risultati dei gruppi sono presentati e spiegati da ciascun gruppo nel momento di lavoro con i gruppi congiunti.
 6. I risultati del lavoro di gruppo sono poi presentati nella "galleria della libertà" appesi e visibili

Fonte

"what I really really want to do training" – Zuljevic-Salamon, Berndorfer, Foschum

• "Agora". Workshop motivazionale

Target

L'obiettivo di questa attività di formazione è l'integrazione dei problemi individuati, delle competenze, delle abilità, attraverso il feedback e il supporto da parte dei trainers

Target group

Questo tipo di strumento può essere potenzialmente applicato a tutte le persone con disabilità e con ASD. È naturalmente necessario adattare lo stile delle domande al livello di abilità e comprensione del destinatario

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo, a coppie, individuale.

Massimo 10 partecipanti

Durata

1 ora di lavoro di gruppo e 30 minuti di spazio individuale

Preparazione

- Carta, matite, lavagna a fogli mobili

Descrizione e procedura

1. Invitare i partecipanti a riflettere su tutto il programma fino ad oggi e sui risultati ottenuti.
2. Facilitare a visualizzare il programma fino ad oggi.
3. Suddividere le difficoltà e gli ostacoli:
 - a. Problemi di salute
 - b. Famiglia e sfide social network
 - c. Ambito Professionale e sfide nel lavoro
4. Ogni partecipante illustra le osservazioni sui vari punti e il trainer li annota sulla lavagna a fogli mobili
5. Condivisione e confronto nel gruppo.
6. Analisi di sfide, idee e risorse.
7. I partecipanti vengono aiutati ad individuare tre - massimo quattro - punti che rappresentano un obiettivo a breve e medio termine. I punti successivi non vengono cancellati ma identificati come obiettivi successivi.
8. Per ogni sfida importante si elabora, infine, un piano di come poterla affrontare, dove poter chiedere sostegno e come superarla.

Fonte

"Step by Step training" - Zuljevic-Salamon

C. Persone con ASD che necessitano di supporto

Questa parte del Manuale è pensata per la formazione di persone adulte con Autismo ad alto Funzionamento (HFA) e per le persone con Sindrome di Asperger (AS).

Le attività e gli strumenti proposti sono focalizzati sul miglioramento della consapevolezza delle caratteristiche del proprio autismo, sulla comunicazione e le abilità sociali, sulla gestione dell'ansia, la pianificazione (organizzazione del tempo, budgeting e pianificazione turistica) e sulla gestione di un colloquio. I workshops sulla gestione dell'ansia introducono i partecipanti ad alcune tecniche di rilassamento Yoga, alcuni workshops motivazionali comprendono momenti di meditazione e riflessione.

• Consapevolezza del proprio autismo (nel luogo di lavoro). Workshop

Target

Queste attività sono finalizzate a sviluppare una migliore comprensione dell'autismo e dei propri diritti. Sono inoltre pensate per aiutare a presentare se stessi al datore/colleghi, parlando della propria condizione di autismo.

Target group

Adulti con HFA

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo – Massimo 6 persone per workshop

Durata

2 ore e 30 minuti con un pausa.

Preparazione

Carta, matite, lavagna a fogli mobile, personal computer/DVD player, dispense.

Descrizione e procedura

Contenuto della sessione: (Consapevolezza della disabilità)

15 min	- Breve presentazione delle uscite di sicurezza, ingresso, servizi igienici. • consegna dell'ordine del giorno, orari - Introduzione della sessione: • quello che abbiamo intenzione di fare • quali sono le finalità
10 min	- Esercizi per entrare in contatto reciproco: incoraggiare a compilare il foglio di lavoro in coppia.
30 min	- Domande - Cosa conosci dello Spettro autistico? - Compilazione di un grafico, discussione in gruppo e osservazioni sulla lavagna - Interventi dei trainers per favorire il pensiero positivo.
20 min	- Distribuzione della scheda 'Che cos'è l'autismo' – Lo spettro autistico e la triade. - Discussione sulle difficoltà. - Discussione sulle caratteristiche correlate e sulle condizioni associate e distribuzione di fogli informativi (se necessario).



15 min	- Pausa
20 min	- Visione "Autismo e me" DVD di Rory Hoy – Annotare le difficoltà che Rory ha e tutte le strategie che utilizza nella sua vita quotidiana.
20 min	- Scheda 'Uguaglianza sul posto di lavoro' – Completare il grafico "pari opportunità" e discussione in gruppo.
15 min	- Scheda 'Cambiamenti nei luoghi di lavoro' – Completare con proposte di adattamenti ragionevoli personali per il futuro.
20 min	- Scheda 'Cosa dire a un datore di lavoro' – Completare in modo indipendente (10 min) e poi discussione e confronto in gruppo.
10 min	- Riepilogo di obiettivi e finalità - Discussione

Fonte

NAS workshop materials

• Gestione dell'ansia al lavoro. Workshop**Target**

L'obiettivo principale è lo sviluppo della comprensione delle diverse emozioni, imparare a riconoscere l'ansia e le emozioni che la possono attivare. Sono proposte alcune tecniche di rilassamento e strategie per affrontare l'ansia

Target group

Adulti con HFA

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo – Massimo 6 persone per workshop

Durata

2 ore e 30 minuti con un pausa.

Preparazione

Carta, matite, lavagna a fogli mobile, personal computer/DVD player, dispense.

Descrizione e procedura**Contenuto della sessione 'Gestione dell'ansia sul luogo di lavoro'**

10 min	- Introduzione della sessione: • Presentazione del programma del giorno – orari • Obiettivi (scritti sulla lavagna o sulla dispensa) • Domande?
20 min	- Completare la scheda 'Che cosa è l'ansia' concentrandosi in particolare sui diversi sintomi di ansia (10 min). Incoraggiare a pensare in termini di sintomi fisiologici, psicologici e comportamentali. - Discussione e feedback in gruppo (10 min)

25 min	- Completare autonomamente la scheda 'Capire le mie Emozioni' (10 min). Lavoro di gruppo (15 min). NB: si propone la condivisione in gruppo solo se i partecipanti non mostrano disagio in questa fase
15 min	- Distribuzione della scheda 'Come far fronte all' ansia' worksheet. Discussione sulla comunicazione e sulle modalità di comunicazione. - Lavoro in coppia per pensare e proporre strategie di gestione dell'ansia
15 min	- Pausa
20 min	- Completare individualmente la scheda 'La tua rete di supporto' (10 min) e feedback di gruppo (10 min)
10 min	- Completare individualmente la Scala "Perspective" - esercizio e feedback di gruppo (10 min)
10 min	- Tecniche di respirazione e di rilassamento muscolare, discussione
20 min	- Completare uno scenario a coppie ogni e feedback di gruppo. Se c'è abbastanza tempo completare il terzo scenario in gruppo
10 min	- Riepilogo di obiettivi e finalità - Discussione

Fonte

NAS workshop materials

• Affrontare un colloquio: Workshop

Target

L'obiettivo principale di queste attività riguarda lo sviluppo di suggerimenti per prepararsi a un colloquio, sottolineando le componenti non verbali della comunicazione nelle situazioni di colloquio.

Target group

Adulti con HFA

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo – Massimo 6 persone per workshop

Durata

2 ore e 30 minuti con una pausa.

Preparazione

Carta, matite, lavagna a fogli mobile, personal computer/DVD player, dispense

Descrizione e procedure

Contenuto della sessione "Come affrontare un colloquio"



5 min	- Introduzione della sessione: • presentazione del programma del giorno – orari • obiettivi (scritti sulla lavagna o sulla dispensa) • domande?
20 min	- Discussione sulle esperienze passate in merito a colloqui (dispense). - Completare la scheda e il grafico con idee di come prepararsi a un colloquio. Discussione in gruppo. - Discussione sulle modalità di colloquio (dispense).
20 min	- Lavoro di gruppo sulla scheda “Cose da ricordare”
20 min	- Social Eyes DVD – Ascolto attivo – - Riepilogo e sintesi del workshop sulla comunicazione e le sue componenti non verbali. - La comunicazione non verbale durante un colloquio di lavoro.
15 min	- Pausa
15 min	- Dispense e schede su domande da fare al datore di lavoro a conclusione del colloquio.
20 min	- Lavoro di gruppo sulle domande al datore di lavoro. Il trainer seleziona esempi pertinenti alla tipologia di impiego preferita dallo studente.
20 min	- Esercizio pratico: Role-playing intervistato-intervistatore.
10 min	- Discussione sulle domande difficili (dispensa) e proposta di risposte adeguate.
10 min	- Riepilogo di obiettivi e finalità - Discussione

Fonte

NAS workshop materials

• Aiutarsi in gruppo “Supporting Circle”. Workshop Motivazionale

Target

L'obiettivo principale di questa attività è l'individuazione delle risorse disponibili della persona per usarle in maniera costruttiva ed affrontare le sfide che di volta in volta possono sopraggiungere

Target group

Questo tipo di strumento può essere potenzialmente applicato a tutte le persone con disabilità e con ASD. E' naturalmente necessario adattare lo stile delle domande al livello di abilità e comprensione del destinatario

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo, individuale.

Massimo 5 partecipanti

Durata

45 min/partecipante

Preparazione

Carta, matite, lavagna a fogli mobili, moderation cards di vari colori

Descrizione e procedura

1. In un percorso di riflessione ogni partecipante descrive il suo ambiente sociale e le persone che ritiene amici
2. Descrizione di sé “arricchita” con competenze, modo in cui vive, quello che fa, quello che sa
3. I partecipanti possono visualizzare la descrizione sulla lavagna a fogli mobili
4. Il risultato è una foto della persona e delle sue risorse
5. Ogni partecipante elenca le sue sfide più importanti
6. Le sfide e le difficoltà vengono scritte sulla lavagna a fogli: lavoro di gruppo
7. Creazione di un “piano di sostegno”: di che cosa ho bisogno? Come faccio a chiedere? Cosa posso offrire?

Assunto di base: alcune persone aiutano altre persone ed amano essere d'aiuto. Quando mi viene chiesto qualcosa, a cui non so/posso rispondere, è possibile che lo viva come un fastidio. Al contrario: quando mi viene chiesto un aiuto coerente con le mie competenze, è probabile che lo viva come situazione positiva e di rinforzo per la mia autostima (a patto che l'aiuto non sia sempre una strada a senso unico). Discussione, lavoro di gruppo, role-playing

Fonte

Step by Step training” – Zuljevic-Salamon

• Meditazione, aspirazioni e obiettivi. Workshop motivazionale

Target

L'obiettivo principale di queste attività è l'individuazione di aspettative e desideri.

Target group

Questo tipo di strumento può essere potenzialmente applicato a tutte le persone con disabilità e con ASD. È naturalmente necessario adattare lo stile delle domande al livello di abilità e comprensione del destinatario.

Setting, numero di partecipanti

Lavoro di gruppo, individuale.

Massimo 15 partecipanti

**Durata**

2 ore

Preparazione

Questionario, carta, matite, musica rilassante da CD o computer portatile, coperte di lana o tappetini di gomma naturale

Descrizione e procedura

1. Breve introduzione del programma dell'incontro: meditazione, questionario e condivisione di alcune regole come il RISPETTO reciproco.
2. Ricerca di una posizione rilassante; consegnare una coperta o un tappetino. Assicurarsi che vi sia spazio sufficiente tra i partecipanti.
3. Ascolto della musica rilassante.
4. Rilassamento e focalizzazione sulla respirazione per sentire il corpo e dimenticare l'ambiente circostante. Controllo della voce, lentamente. Pausa dopo ogni frase (ogni tre o quattro respiri).
5. Inizio del percorso verso i desideri. Raccontate una storia, per esempio: "Siete seduti sull'erba verde, è caldo e sentite morbido sotto di voi, state guardando le stelle e una stella sta scendendo vicino a voi. La stella vi sta spiegando che la missione delle stelle è quella di realizzare i sogni e vi invita a raccontare i vostri sogni e desideri; dopo un po' la stella torna verso il cielo e voi tornate a sentire la morbidezza dell'erba". È possibile trovare buone istruzioni e storie per la meditazione su internet. Parole chiave: "heart's meditazione desiderio"
6. Ciascun partecipante inizia a rispondere alle seguenti domande:
 - a. Quali sono le principali sfide che sto affrontando in questo momento?
 - b. Quali sono le principali esperienze positive e quali competenze ho guadagnato da queste?
 - c. Quali sono i tre/quattro grandi desideri o aspirazioni che desidero mettere a fuoco?
 - d. Che cosa è frustrante?
 - e. Da dove proviene la tua energia? Cosa ti piace veramente? Quali competenze hai nel tuo bagaglio?
 - f. Immagina di essere alla fine della tua vita. Cosa vuoi che la gente pensi di te, di che cosa dovrebbero parlare?
 - g. Qual è il vostro obiettivo in questo momento?
 - h. Quali sono i vostri sogni in questo momento? Descrivete il luogo dove vorresti essere tra cinque anni? Che cosa vorresti fare e cosa è necessario per realizzarlo?
 - i. Cosa ti sta ostacolando?
 - j. Che basi hai già stabilito?
 - k. Che cosa sarebbe utile? Che tipo di prove potresti fare per essere sicuro?
 - l. Chi può sostenerti e come dovrebbe essere progettato questo supporto?
 - m. Quali passi potresti programmare per "domani"?

Fonte

"What I really really want training" – Zuljevic-Salamon - Berndorfer - Foschum

Ulteriori strumenti per il percorso formativo delle persone con ASD

In questa sezione si propongono alcuni strumenti considerati come migliori prassi dai partners, anche se non utilizzati nel pilot testing a causa di problemi di tempistica. Le metodologie selezionate sono “trasversali”, ovvero adatte ai vari livelli di complessità e di supporto:

- Le “Storie sociali”, disponibili a diversi livelli di complessità e in diverse lingue
- La strutturazione dei compiti e l'utilizzo di supporti visivi per imparare compiti specifici
- La Montagnaterapia: Con il termine “Montagnaterapia” si intende definire un originale approccio metodologico a carattere terapeutico-riabilitativo e/o socio-educativo, finalizzato alla prevenzione secondaria, alla cura e alla riabilitazione degli individui portatori di differenti problematiche, patologie o disabilità.
- Attività per iniziare una conversazione e per costruire amicizie.

• Storie sociali. Abilità sociali

Target

Talvolta le persone con ASD possono trovare difficoltà in situazioni di vita quotidiana. Il racconto, nell'ambito della “narrativa sociale” può offrire un valido strumento per aiutare la persona a rielaborare questi momenti critici. Questa tecnica di narrazione può essere utilizzata per una serie di situazioni: l'approccio a nuove esperienze, la spiegazione di situazioni sociali complesse, o lo svolgimento di compiti di una certa difficoltà.

Target group

La tecnica di narrazione può essere utilizzata con giovani di età ricompresa tra i 18 e i 29 anni, con bambini e con adulti. Questo specifico strumento è particolarmente utile per i genitori, per le organizzazioni a supporto di persone con ASD (centri diurni e istituzioni residenziali) e per gli educatori in genere.

Setting, numero di partecipanti

I risultati migliori si ottengono lavorando individualmente con ciascun partecipante. Ciò nonostante, il trainer può individuare i casi in cui sia possibile lavorare con coppie di soggetti (sulla base di una valutazione fondata sul grado di severità delle condizioni degli individui).

Durata

Variabile, a seconda della storia e della gravità delle condizioni

Preparazione

Possono reperirsi alcune storie in forma di “storie sociali” dal sito:

http://www.livingwellwithautism.com/how_to_use_social_stories

Sulla base di questi esempi potranno essere costruite delle storie (nel sito sono anche forniti supporti visuali e spiegazioni passo per passo).

Descrizione e procedura

Le storie redatte con la tecnica delle “storie sociali” spesso partono dalla descrizione di fatti che corrispondono a circostanze che il soggetto può incontrare o ha già incontrato in determinate situazioni. A partire da ciò solitamente la storia procede includendo informazioni relative al perché determinate situazioni si verificano, a come queste possono risultare difficili e alle scelte che ha il soggetto per rispondere a queste situazioni una volta verificate. Le storie “sociali” possono essere adattate in funzione di diversi livelli di



lettura e di interessi, modificando, di volta in volta, la complessità delle informazioni contenute in ogni pagina. Generalmente queste storie sono costituite da testi semplici e sono scritte in prima persona (per esprimere il punto di vista dell'individuo). Laddove appropriato, possono essere inserite anche delle figure a supporto del testo. Ciò è particolarmente utile con le persone che possono sedersi e dedicarsi all'ascolto della narrazione. Le storie "sociali" non sono adeguate per tutti.

Per fare una storia "sociale" occorre:

1. Scegliere una situazione in grado di incontrare il livello di lettura e di attenzione del soggetto.
2. Individuare un titolo semplice da collocare all'inizio della pagina (per es. "so stare in coda").
3. Raccontare in prima persona, descrivendo le circostanze di una situazione con poche frasi (per es. "certe volte le persone devono aspettare in coda nei negozi, al ristorante e perfino a scuola").
4. Descrivere le reazioni emotive comunemente associate a queste situazioni in 2 o 3 frasi (per esempio "può essere duro aspettare in coda, certe volte vorrei saltare la fine o vorrei gridare per il fastidio che provo a stare bloccato in fila")
5. Rappresentare la risposta appropriata alla situazione descritta, insieme alle varie possibilità di comportamento tra le quali il soggetto può scegliere (per esempio, "farò del mio meglio per attendere in fila che arrivi il mio turno. Proverò a ricordarmi di non urlare perché sono bloccato in coda. Se è davvero dura per me stare in coda, posso dirlo ai miei genitori, o agli educatori e loro cercheranno di aiutarmi")
6. Fornire 1 o 2 frasi finali (per esempio "ogni tanto mi tocca fare le code. Può essere difficile aspettare in coda, ma farò del mio meglio per riuscire ad aspettare il mio turno").
7. Rileggere tutto per assicurarsi che la storia abbia un senso.

Per usare la tecnica delle storie sociali occorre:

1. Trovare un momento di quiete per potersi sedere insieme al soggetto.
2. Spiegargli che state per leggere insieme una "storia sociale".
3. Leggere la storia (o farla leggere al soggetto).
4. Rispondere sempre alle domande che vengono fatte durante la lettura.
5. Cercare di trovare il tempo per ripercorrere la storia più volte prima che il soggetto possa trovarsi nella situazione rappresentata nella storia.
6. Tenere la storia a portata di mano nei momenti in cui il soggetto si troverà nella situazione in questione.

Per usare la tecnica delle storie sociali occorre:

1. INIZIARE con delle situazioni preferite.
2. INTRODURRE L'ARGOMENTO in un momento privo di sollecitazioni.
3. ALTERNARE storie che riguardano la correzione di comportamenti a storie relative a situazioni meno sensibili per il soggetto, come la cura di sé.
4. MOSTRARE soltanto una pagina ed un'immagine per volta.
5. RALLENTARE il ritmo di lettura, concedendo il tempo di fare domande.
6. SEGUIRE UN RITMO. Presentate soltanto una storia alla settimana. Non sovraccaricate con troppe informazioni.
7. CERCARE dei momenti utili per riprendere i contenuti educativi delle storie anche in altri momenti, come per esempio, attraverso filmati e libri diversi che ripropongono la medesima situazione.
8. RIPETERE le storie, fino a quando il contenuto non è assimilato.
9. ADEGUARE le storie "sociali" alle abilità di ciascuno.
11. LEGGERE libri e articoli che riportano altri esempi di come le storie "sociali" possano essere utilizzate efficacemente con soggetti autistici.
12. DIVERTIRSI con le storie sociali. Gli argomenti possono anche essere seri, ma l'esperienza del racconto può comunque essere divertente.

Esempi di storie sociali:

Esempi di racconti scritti:

“Prendere l’aereo”

- Presto faremo un viaggio in aereo.
- Prima ci recheremo all’aeroporto.
- Consegneremo alcune delle nostre valigie al personale dell’aeroporto: loro penseranno a caricarle sull’aereo per noi.
- Non potremo vedere le valigie mentre siamo in aereo perché verranno messe in un posto speciale.
- Dovremo aspettare in coda per salire sull’aereo.
- Dovremo toglierci le scarpe e mettere le borse che non abbiamo consegnato su un meccanismo speciale. Le borse e le scarpe verranno trasportate con una macchina e ci verranno restituite in pochi minuti.
- Dovremo passare attraverso una porta speciale.
- Oltrepassata quella porta ci rimetteremo le scarpe e recupereremo le nostre borse.
- Poi arriveremo in un salone pieno di poltrone.
- Aspetterò fino a quando i miei genitori mi diranno che è ora di salire sull’aereo.
- Attraverserò il salone con la mia famiglia per salire sull’aereo.
- La mia mamma e il mio papà mi diranno dove sedermi.
- Mi allaccerò la cintura così sarò al sicuro.
- Quando sarà ora, l’aereo si chiuderà ed inizierà a correre su una pista speciale.
- Poi inizierà a correre sempre più veloce e si solleverà: allora starò volando!

Fonte

EDUPRO

https://handsinautism.iupui.edu/pdf/HowTo_SocialNarratives.pdf

http://www.livingwellwithautism.com/how_to_use_social_stories

Altre storie sociali possono essere trovate:

http://www.livingwellwithautism.com/how_to_use_social_stories

Note

Le storie sociali aiutano le persone con ASD a sviluppare una comprensione più ampia dei contesti sociali ed a ridurre lo stress che può sorgere al presentarsi di situazioni nuove. Dal confronto con diversi genitori di persone autistiche risulta che queste storie sono state impiegate efficacemente per preparare i loro figli a determinate situazioni, per esempio: andare a trovare dei parenti, andare dal dentista, viaggiare.

Questa tecnica riesce ad evitare sensi di frustrazione e ansietà preparando i soggetti a sapere prima cosa possono aspettarsi in una determinata situazione. I genitori con i figli spesso utilizzano storie sociali raccontate oralmente.



Esempio di storia sociale accompagnata da figure:

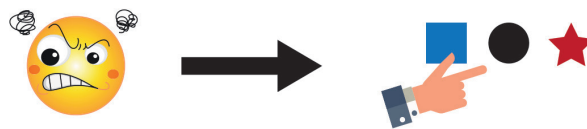
Qualche volta mi arrabbio



Qualche volta mi arrabbio



Quando mi arrabbio, posso fare diverse scelte.



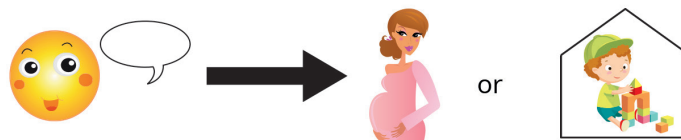
Una scelta è dire alla mamma che sono arrabbiato



Un'altra scelta è andare nel mio posto sicuro



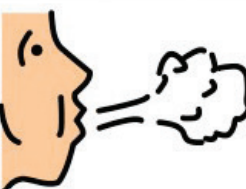
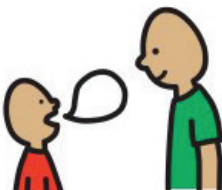
Dire alla mamma che sono arrabbiato o andare nel mio posto sicuro sono ottime scelte!



Tutti sono fieri di me quando faccio la scelta giusta!



Esempio di storia sociale sul sentirsi arrabbiati:

 Cosa fare quando sono arrabbiato	 Qualche volta mi arrabbio	 È difficile, ma devo fare una scelta	 La scelta sbagliata mi mette nei guai
 La scelta giusta mi aiuterà a calmarmi	 Avvicinarsi troppo: scelta SBAGLIATA!	 Colpire gli altri: scelta SBAGLIATA!	 Lanciare oggetti: scelta SBAGLIATA!
 Cosa posso fare per calmarmi?	 Posso usare le parole: scelta GIUSTA!	 Posso fare una pausa: scelta GIUSTA!	 Posso soffiare tre volte: scelta GIUSTA!
 Posso abbracciare un cuscino: scelta GIUSTA!	 Posso fare una passeggiata: scelta GIUSTA!	 Posso bere qualcosa: scelta GIUSTA!	 Posso chiedere aiuto: scelta GIUSTA!
 È SEMPRE giusto dire "ho bisogno di aiuto"	 Faccio il mio meglio	 Presto sarò di nuovo felice!	



• Giardinaggio: compiti semplici. Orientamento professionale

Target

Imparare a piantare un fiore nel vaso seguendo istruzioni verbali

Target group

Giovani adulti con ASD, in un percorso di orientamento professionale, con differenti livelli di sviluppo

Setting, numero di partecipanti

Lavoro in gruppo, in coppia, individuale
10 partecipanti

Durata

4 ore e 30 minuti

Preparazione

Carta, matite, pittogrammi/immagini relative ai vari fiori da piantare, disegni in bianco e nero di fiori differenti, da colorare con i colori appropriati, terra, semi, vasi, equipaggiamento per protezione, attrezzi da giardinaggio; bicchieri, una bottiglia d'acqua, merendine.

Descrizione e procedimanto

1. Introduzione: un saluto a tutti i partecipanti, si chiede a ciascuno come sta, ciascuno trova il cartellino con il proprio nome, si fa un breve riepilogo delle sessioni precedenti e i trainers presentano il programma del giorno
2. Breve presentazione dei materiali che saranno utilizzati
3. Lavoro di gruppo utilizzando i pittogrammi/le immagini di vari fiori. Si parlerà insieme di fiori e ciascuno indicherà il suo preferito
4. Si piantano i fiori: a coppie, ciascuno scriverà il suo nome, lo incollerà ad un vaso, metterà la terra nel vaso e metterà i semi; poi innaffierà secondo le istruzioni verbali ricevute o imitando quel che sta facendo un adulto
5. Pausa, merenda, bagno
6. Compito: ciascun partecipante riceverà un disegno in bianco e nero da colorare utilizzando i colori giusti a seconda del fiore, poi presenterà il proprio compito agli altri.
7. Momento ludico di gruppo
8. Discussione finale sulla sessione

Fonte

Blijdorp Association

• Montagnaterapia. Comportamento adattivo

Target

Attraverso questa metodologia si propone un intervento su obiettivi di gestione emotiva, (attraverso il riconoscimento di un mondo interiore di pensieri, emozioni e ricordi), di miglioramento del rapporto tra corpo e mente (attraverso l'esperienza sensoriale che evoca esperienze emotive) e della relazione con l'altro.

Target group

Questa metodologia è destinata a persone con Ritardo Mentale di grado lieve o medio e persone con ASD. Può anche essere utilizzata per persone con problematiche di natura psichiatrica.

Setting, numero di partecipanti

La Montagnaterapia prevede attività in piccoli gruppi (5-8 persone con varie diagnosi e 2 trainers), anche coordinati tra loro; utilizza sessioni ripetute di lavoro di gruppo focalizzate su obiettivi psico-fisici e psico-sociali (con una forte connotazione relazionale ed emozionale) e finalizzate a favorire ed aumentare il benessere e la qualità di vita. Sono previste sessioni in palestra ed escursioni nel territorio.

Durata

1 ora di palestra, 1 ora di lavoro di gruppo. È necessario pianificare una durata variabile a seconda del sentiero previsto (a partire da 2 ore). La scelta della durata delle attività in ambiente naturale e delle attività in palestra, dipende dai partecipanti coinvolti e anche dal luogo in cui si vive (vicinanza ai monti o luoghi di escursione).

Preparazione

Palestra: tuta, scarpe da ginnastica, parete da arrampicata, slack-line, sentieri per l'equilibrio.

Outdoor: Attrezzatura da Trekking (abbigliamento); attrezzatura per la sicurezza (casco soprattutto per le persone con attacchi epilettici, corda, imbracatura).

Descrizione e procedura

Fase preparatoria:

- Scelta dell'abbigliamento da indossare per il trekking in relazione alle condizioni atmosferiche della giornata, della stagione e del tipo di destinazione, nel rispetto delle norme di sicurezza (scarponi, bastoncini, abbigliamento idoneo, casco).
- Condivisione nel gruppo della scelta del percorso previsto per raggiungere la località di montagna.
- Preparazione dello zaino.
- Scelta di pasto con attenzione alle variabili legate alla diversità della destinazione.
- Trasferimento nella località di partenza selezionata.

Attività:

a) Attività all'interno

Le attività proposte si svolgono in palestra e prevedono l'utilizzo di attrezzature specifiche:

- Attività di riscaldamento (esercizi a corpo libero, regolazione dei ritmi fisiologici attraverso lo sforzo alternato-pausa, esercizi per la consapevolezza delle proprie potenzialità motorie),
- Attività motoria attraverso esercizi mirati su pannelli di prese per arrampicata.
- Esercizi di gruppo con l'aiuto di una corda e in percorsi ad ostacoli.
- Esercizi per camminare sulla slack-line, con l'aiuto di bastoni da passeggio o dell'operatore, a circa 20 cm da terra.

b) Attività in ambiente montano

Lo svolgimento di queste attività richiede che le persone siano equipaggiate con attrezzature idonee per il trekking.

La straordinaria variabilità della montagna consente di utilizzare una varietà di tecniche durante le uscite. La scelta dei metodi utilizzati deve essere regolata in base alle capacità e alle esigenze dei partecipanti. È possibile, infatti, pianificare percorsi differenti a seconda della meta:

- Percorsi di maggiore difficoltà e di ridotta distanza, dove l'esperienza di stress fisico e psicologico è predominante, che a livello propriocettivo e sensoriale stimolano una maggiore attenzione alle sensazioni corporee, ed a livello emotivo favoriscono atteggiamenti di fiducia nella persona che accompagna e in se stessi.
- Percorsi di difficoltà più bassa, ma di maggiore distanza, dove prevale l'esperienza dello stare insieme, che stimolano, per quanto riguarda gli obiettivi a livello fisico, il controllo dell'andatura,



l'alternanza di riposo e sforzo e l'esperienza sensoriale della montagna; dal punto di vista emotivo e relazionale favoriscono l'emergere di sentimenti di solidarietà, aiuto e complicità.

- Percorsi mirati in cui l'esperienza psico-fisico si concentra sulla connessione mente-corpo per stimolare la crescita di un sé integrato. L'obiettivo è la valorizzazione dell'esperienza sensoriale con particolare attenzione alla coordinazione, all'equilibrio, allo schema corporeo.

c) L'ultima fase prevede momenti che consentono di metabolizzare l'esperienza emozionale e psicologica:

- Racconto e rielaborazione delle esperienze e delle risorse messe in atto dall'individuo e dal gruppo
- Confronto sull'esperienza di disagio di fronte a condizioni atmosferiche (pioggia, neve, vento, caldo, freddo...), ambientali (terreno irregolare, in salita, in discesa...) o personali (adattabilità, flessibilità, fiducia in se stessi, concentrazione...) per favorire l'integrazione delle risorse e la consapevolezza di sé.
- Partecipazione all'elaborazione e creazione di filmati e/o servizi fotografici che raccontano le esperienze vissute durante le escursioni.
- Visualizzazione in gruppo di filmati e/o foto per la condivisione e la riflessione sull'esperienza

Fonte

Correale A. (2001) "L'Infinità della montagna come infinità sostenibile" Atti del Convegno. "Cura-re a cielo aperto, la montagna come risorsa psicosociale trasformativa". Roma

Boscacci, F.; Senn L. (1990) "Montagna: area di integrazione". Ed Angeli, Milano

Saglio G; Zola C. (2007) "In su e in sé. Alpinismo e psicologia". Ed Priuli & Verlucca, (Torino)

ANFFAS onlus Massa Carrara

Con il termine Montagnaterapia si intende definire un originale approccio metodologico a carattere terapeutico-riabilitativo e/o socio-educativo progettato per svolgersi, attraverso il lavoro delle dinamiche di gruppo, nell'ambiente culturale, naturale e artificiale della montagna.

Le attività di montagnaterapia richiedono l'utilizzo di comprovate competenze cliniche e l'adozione di appropriate metodologie, che riguardano anche la specifica formazione degli operatori e la verifica degli esiti. Le attività vengono progettate ed attuate prevalentemente nell'ambito del Servizio Sanitario Nazionale, o in contesti accreditati, con la collaborazione del Club Alpino Italiano (che ne riconosce ufficialmente le finalità e l'Organizzazione Nazionale), e di altri Enti o Associazioni (accreditate) del settore.

Un aspetto fondamentale di questo approccio è la necessità di monitorare le prestazioni delle persone che vi partecipano: l'escursione è una parte, ci sono poi incontri preparatori e verifiche, programmazioni e monitoraggio sui miglioramenti o peggioramenti dei singoli pazienti.

Un gruppo di montagnaterapia pertanto non va assolutamente confuso con un insieme di pazienti "che fa una gita in montagna", perché si tratta di un vero e proprio gruppo terapeutico che ha una serie di regole ben precise e codificate, inserite nell'ottica più ampia della riabilitazione psichiatrica. Un gruppo di montagnaterapia non è poi così diverso da un qualsiasi gruppo di danza o arte terapia in quanto, al di là dell'ambiente particolare in cui si svolge, è altrettanto strutturato e dotato di strumenti propri e di momenti che permettono di valutare i benefici che può avere sui pazienti.

• Comunicazione e fiducia. Comunicazione

Target

Costruire fiducia nella comunicazione, mantenere e concludere una conversazione
Costruire delle relazioni di amicizia

Target group

Persone con HFA

Setting, numero di partecipanti

Lavoro in gruppo e a coppie, Massimo 6 partecipanti

Durata

2 ore

Preparazione

Carta, matite, schemi, computer, fotocopie, ecc.

Descrizione e procedure

- Discutere il linguaggio del corpo e la conversazione
- Definire una serie di tematiche di interesse
- Discutere paure comuni relative alla conversazione
- Giochi di ruolo – fare conversazione
- Come concludere una conversazione
- Sviluppare un argomento
- Il bello della conversazione
- Tematiche da evitare
- Cos'è la conversazione informale

Fonte

NAS materials



Il coinvolgimento delle aziende e dei colleghi e il coinvolgimento delle famiglie

Il processo di promozione del ruolo lavorativo come transizione verso l'età adulta ha bisogno di una efficace ed efficiente rete di sostegno da parte delle famiglie, delle organizzazioni e da parte degli enti inter-istituzionali. La persona con disabilità vive e realizza il suo progetto di vita in una realtà sociale complessa e la famiglia e i "care givers" devono concorrere a sostenere il percorso verso il mondo del lavoro con consapevolezza, coerenza e fiducia.

Anche le imprese e i colleghi di lavoro devono essere coinvolti attraverso una progettazione forte e condivisa che abbia al centro la persona che vuole lavorare e che desideri integrare le sue competenze, con le opportunità che le aziende mettono a disposizione in termini di risorse umane e strumentali. Ogni partner del Progetto AUTO ha utilizzato modalità specifiche per coinvolgere le imprese.

In Austria, Regno Unito e in Italia esiste già una rete di informazioni, legislazione e sostegno per le persone con disabilità che desiderano essere incluse nel mercato del lavoro, mentre in Lituania e Romania la legislazione non è ancora di supporto.

In questi paesi appare quindi di fondamentale importanza una modifica della normativa per poter poi procedere allo sviluppo di una progettazione integrata e condivisa con esperti in disabilità, famiglie e imprese.

Riteniamo fondamentale che ogni "Progetto di vita" sia condiviso con le persone con disabilità e con le famiglie, dato che rappresenta la base di ogni programmazione educativa e terapeutica.

Anffas onlus sta lavorando in prima linea in un percorso di "umanizzazione" delle scelte terapeutiche: ciò significa dare sempre più voce alle persone con disabilità e ASD, alle loro famiglie / care givers.

Dall'esperienza effettuata si rileva che gli studenti che hanno partecipato al test pilota nel Regno Unito e in Austria sono molto indipendenti ed autonomi: in tali situazione è chiaro che il coinvolgimento delle famiglie può essere inferiore, perché le persone sono in grado di decidere per se stesse ed esprimere opinioni e scelte.

Best practice utilizzate per coinvolgere le imprese durante il training course

Lo staff ha contattato diversi datori di lavoro e imprese del proprio territorio che già avevano offerto il collocamento a persone con disabilità, spiegando il progetto e fornendo materiale informativo.

Gli educatori hanno valutato l'appropriatezza di posti di lavoro disponibili e il grado di comprensione da parte dei lavoratori già presenti, dopodiché hanno introdotto gli studenti nel nuovo ambiente.

In alcuni casi, anche le famiglie sono state presentate ai datori di lavoro.

Dopo una prima parte teorica, gli studenti hanno finalmente visitato il posto di lavoro e conosciuto i loro colleghi. È stato assegnato un mentore a ciascun partecipante, con il compito di facilitare le relazioni tra gli studenti, il datore di lavoro ed i colleghi.

La fase di "job training" è consistita nel vero e proprio collocamento in un posto di lavoro. In questo periodo gli educatori hanno supportato gli studenti ad inserirsi sul posto di lavoro per alcuni giorni a settimana, l'orario effettivo era variabile, a seconda dell'individuo e della disponibilità dell'azienda. Laddove è stato necessario, gli educatori hanno potuto supportare i partecipanti direttamente, per vedere come andava l'inserimento e fornire l'aiuto opportuno, anche discutendo di volta in volta le questioni e le domande degli studenti.

Si raccomanda fortemente che coloro che lavorano per supportare le persone autistiche ad essere inserite nel mondo del lavoro abbiano delle competenze e conoscenze specialistiche: lo staff del "progetto di collocamento", o il "tutor", deve avere esperienza di lavoro sia per quanto concerne l'affiancamento a persone autistiche sia per ciò che riguarda l'inserimento nel mercato del lavoro.

Il "tutor" deve inoltre avere una conoscenza approfondita in materia di diritto del lavoro (assicurazione, sicurezza sul lavoro, rapporti sindacali) e deve avere già esperienza di facilitazione tra datore di lavoro e lavoratore. Il tutor dovrà lavorare in gruppo con gli psicologi ed il progetto di inserimento dovrà essere percepito come una partnership con la persona autistica e la sua famiglia. Dovrà infine essere regolarmente pianificato il tempo per monitorare e discutere l'andamento del progetto.



Best practice per il coinvolgimento delle famiglie

Nel caso in cui il target group sia composto da studenti quasi del tutto indipendenti, da soggetti autistici con funzionalità di alto livello, il contatto con le famiglie può risultare utile, in alcuni casi, per aggiornarle in merito a quel che viene svolto nelle varie sessioni, così che le famiglie possano continuare a supportare i ragazzi anche a casa. È inoltre utile acquisire informazioni dai genitori sulle aree sulle quali gli studenti necessitano maggiormente di sostegno.

Naturalmente, il coinvolgimento della famiglia sarà inversamente proporzionale al grado di autonomia della persona. La maggior parte degli studenti che hanno partecipato al training vive in famiglia, pertanto sono stati pianificati momenti di condivisione con i genitori.

È stato necessario mettere a disposizione anche un supporto clinico e psicologico sia individuale che familiare, su richiesta e laddove necessario. Un obiettivo primario del percorso di inserimento nel mondo del lavoro consiste, infatti, nell'acquisizione del ruolo di persona adulta. Per facilitare questo processo anche i genitori hanno bisogno di essere sostenuti, assicurando che anche loro abbiano esperienza dell'autonomia dei loro figli in famiglia. Diversamente il percorso di crescita della persona verso la propria identità di adulto e di lavoratore può essere reso più difficile, se non addirittura compromesso.

Il progetto AUTO ha rappresentato un'esperienza positiva per gli studenti perché ha dato loro la possibilità di essere inseriti nel mondo del lavoro. Sentirsi parte della società, anche per un breve periodo, ha certamente contribuito a migliorare la loro qualità della vita.

Si può affermare che questo esperimento pilota ha dato l'opportunità di fare esperienza di un percorso che non rappresenta un modo per "passare il tempo", come a volte accade per le attività che vengono proposte alle persone con disabilità, ma anzi, costituisce un mezzo per dare un forte impulso al proprio senso di autonomia e di consapevolezza, contribuendo, in questo modo, ad aumentare la qualità della vita.

Conclusioni

La proposta di un percorso verso il mondo del lavoro per le persone con disabilità deve essere sempre formulata all'interno di un "progetto di vita", dovrebbe essere in linea con la storia personale e con le possibilità di sviluppo della persona. La proposta di un training verso l'inserimento lavorativo deve, quindi, muoversi all'interno di un percorso individualizzato coerente con le caratteristiche del soggetto e con le esigenze del sistema produttivo.

Al termine del corso di training, in relazione al profilo psicodiagnostico e funzionale che il percorso formativo ha permesso di stimolare nelle persone con disabilità, si aprirà un ventaglio di possibilità che permetterà all'individuo di affrontare lo snodo verso l'età adulta e di promuovere il progetto di vita. In funzione del livello di sviluppo acquisito sarà possibile attivare varie soluzioni che, in ordine di complessità e richieste crescenti, possono essere così descritte:

1) Corsi intensivi propedeutici ai tirocini lavorativi, per la persona con disabilità (in età adolescenziale) che non ha ancora raggiunto le autonomie personali, relazionali e comportamentali, in un ciclo di vita che permette ancora di ipotizzare possibilità di sviluppo ulteriore. La finalità è quella di attivare l'acquisizione di queste abilità attraverso un approccio che privilegi le peculiarità individuali, in termini di desideri, aspettative, risorse, in contesti il più possibile aderenti alle caratteristiche di un ambiente di lavoro.

Le attività pianificate hanno come obiettivi:

- lo stimolo del comportamento adattivo (abilità quotidiane, domestiche, relazionali e comunicative),
- interventi per l'attenuazione delle problematiche comportamentali e la promozione di una migliore gestione emozionale,
- sviluppo delle funzioni esecutive (memoria di lavoro, attenzione alle fasi del compito, coordinazione fine e grosso motoria, gestione dell'ansia prestazionale) attraverso attività occupazionali mirate.

2) Inserimenti SocioTerapeutici rivolti a persone (in età post-adolescenziale) il cui bilancio strutturale e funzionale non permette di ipotizzare un reale inserimento nel mondo del lavoro, ma per le quali si può pensare ad un aumento di qualità di vita permettendo loro di fruire di contesti socialmente attivi e normalizzanti.

I progetti devono essere tagliati su misura sulla persona ma comunque richiedono un livello di funzionamento che deve presupporre:

- la capacità di svolgere attività semplici finalizzate alla realizzazione del compito;
- la possibilità di assumersi la responsabilità dello svolgimento continuativo dell'impegno attribuito;
- la presenza ridotta e/o trattabile di problematiche comportamentali anche importanti;
- una sufficiente capacità di relazionarsi in rapporti privilegiati.
- La definizione di questi progetti richiede per la stesura e il monitoraggio, l'attivazione del gruppo di lavoro sul caso e del gruppo interistituzionale per l'inserimento al lavoro.

3) Tirocini di Addestramento Lavorativo rivolti a persone (in età post-adolescenziale) il cui bilancio strutturale e funzionale permette di ipotizzare un inserimento nel mondo del lavoro, passando attraverso una formazione in situazione e un mirato addestramento occupazionale.

I progetti devono essere fatti su misura della persona e presuppongono un livello di funzionamento che permetta:



- lo svolgimento di attività semplici e complesse finalizzate alla realizzazione di compiti in sequenza temporale e causale;
- la possibilità di assumersi la responsabilità dello svolgimento continuativo dell'impegno attribuito;
- la presenza ridotta e/o trattabile di problematiche comportamentali ascrivibili all'ambito della nevrosi;
- una sufficiente capacità di relazionarsi in rapporti privilegiati e non, e in contesti diversificati, compatibilmente con la patologia.
- buone abilità comunicative e capacità di chiedere aiuto;
- un adeguato sviluppo del comportamento adattivo;
- un buon livello della funzionalità esecutiva, anche rispetto a compiti complessi.

La definizione di questi progetti richiede per la stesura e il monitoraggio l'attivazione del gruppo di lavoro sul caso e del gruppo interistituzionale per l'inserimento al lavoro.

4) Inserimenti Lavorativi nelle categorie protette per persone con disabilità lieve che hanno raggiunto un livello di sviluppo molto buono che permetta:

- lo svolgimento di mansioni occupazionali che presuppongono competenze tecniche specifiche;
- la possibilità di assumersi con continuità l'impegno lavorativo affidato;
- la presenza ridotta e/o trattabile di problematiche comportamentali ascrivibili all'ambito della nevrosi;
- una sufficiente capacità di relazionarsi con colleghi e datori di lavoro;
- buone abilità comunicative e capacità di chiedere aiuto;
- comportamento adattivo nella norma.

La definizione di questi progetti richiede per la stesura e il monitoraggio l'attivazione del gruppo di lavoro sul caso e degli enti preposti.

Ogni proposta naturalmente, deve essere adattata alla legislazione e alle risorse disponibili. Le indicazioni che sono state fornite possono essere utili come guida per le persone con ASD che desiderano un ruolo e un'identità lavorativa e per i professionisti che si occupano della progettazione e del supporto formativo, terapeutico ed abilitativo.

Autore

Chiara Canali

Contributi

ANFFAS: Chiara Canali e Nadia Badiale

NAS: Vicky Neale e Emma Jones

EDUPRO: Gintarė Černikienė e Aurelija Jankienė

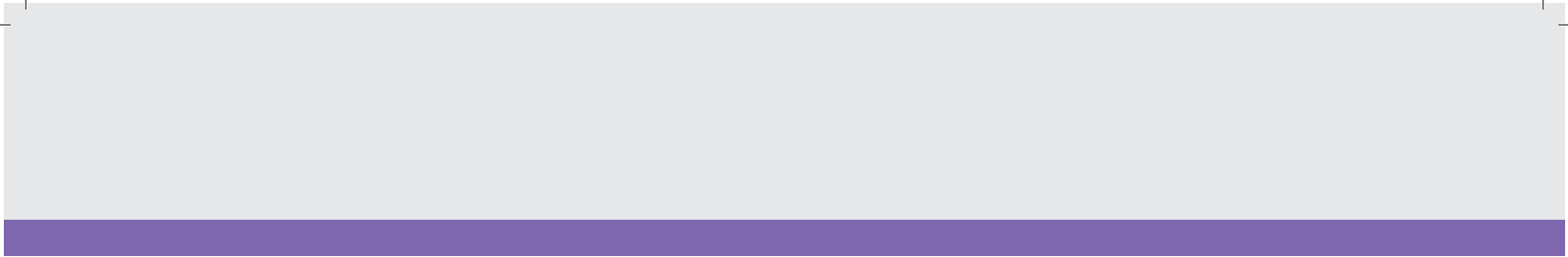
Blijdorp Association: Anca Risnicu e Lucretia Ivan

Die-Querdenker: Tom-Zuljievic e Judy Salamon

Progetto Grafico

Mariangela Tentori

www.mariangelatentori.it





Anffas Onlus
Massa Carrara
Italia



Die Querdenker
Austria



Blijddorp Association
Romania



VšĮ Edukaciniai Projektai
Lituania



The National
Autistic Society
Regno Unito



Anffas onlus di Massa Carrara
Associazione Famiglie di Persone
con Disabilità Intellettiva e/o Relazionale
via Piave 7 bis - 54033 Carrara
tel./ fax 0585841444 – 0585845277
segreteria@anffasms.it
www.anffasms.it