



ERASMUS+ small scale partnerships
Ref. No: **2022-1-HR01-KA210-YOU-000081830**

GREEN-IN

INCLUSION OF ALL PERSONS FOR A GREENER FUTURE

GUIDA PER I VOLONTARI DELLE ASSOCIAZIONI DI PERSONE CON DISABILITÀ

Ines Van Hoek, Riabilitatrice Specializzata

Dicembre 2023.

Disclaimer: Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.





Il contesto del progetto „GREEN-IN“

Il presente documento è stato redatto nell'ambito del progetto “GREEN IN - Including all persons for a Greener Future,” cofinanziato dal programma Erasmus+ dell’Unione Europea, tramite il bando “Small partnerships in the field of youth” (ref: 2022-1-HR01-KA210-YOU).

Per l'attuazione del progetto è stata approvata una sovvenzione di 60.000,00 euro. Il partner/richiedente è l'Associazione "Vita e gioia/Život i radost" di Cestica, Croazia. Il partner del progetto è il Comune di Cavriago/Comune di Cavriago, Italia. Il progetto è iniziato il 03/10/2022 e durerà fino al 03/03/2024 (17 mesi). L'obiettivo generale del progetto è incoraggiare l'inclusione delle persone con disabilità nella comunità coinvolgendo i giovani nelle azioni delle organizzazioni non profit. L'obiettivo specifico del progetto è rafforzare la capacità dei giovani come cittadini attivi di sostenere le persone con disabilità nei loro sforzi di inclusione sociale nella comunità.

L'attività principale che si svolgerà nell'ambito del progetto è la creazione e l'attuazione di un programma di formazione per i giovani (persone di età compresa tra i 18 e i 30 anni) per sostenere le persone con disabilità nei loro sforzi per l'inclusione sociale nella vita della comunità.

Le attività e i risultati principali sono i seguenti:

- Selezione di 10 partecipanti che prenderanno parte a un programma di formazione che fornirà loro le competenze e le conoscenze per aiutare le persone con disabilità.
- 10 partecipanti (che hanno partecipato a 30 ore di formazione online e a 2 workshop in loco - 1 in Croazia e 1 in Italia) al fine di acquisire capacità di sostenere le persone con disabilità nei loro sforzi per essere socialmente incluse nella comunità.
- 2 azioni basate sulla natura (azioni verdi - 1 in Italia e 1 in Croazia) sono organizzate in modo che i giovani volontari e altri nella comunità acquisiscano conoscenze e comprendano come includere le persone con disabilità nelle azioni di protezione dell'ambiente nella comunità.
- Realizzazione della conferenza finale e finalizzazione dell'accordo di cooperazione tra i partner per garantire la sostenibilità a lungo termine del modello di progetto.

Per quanto riguarda questa guida, il partenariato del progetto "GREEN-IN" spera che voi, lettori, possiate utilizzarne i contenuti per assistere le persone con disabilità nella vostra comunità. In breve, speriamo che i contenuti della guida vi diano consigli e idee su come assistere le persone con disabilità nella comunità per raggiungere l'inclusione sociale in tutte le azioni locali.



1. INTRODUZIONE

I volontari delle associazioni per persone con disabilità si trovano spesso ad affrontare le proprie incertezze. La mancanza di conoscenze e competenze che permettano loro di lavorare con persone con disabilità e bambini con difficoltà è la causa delle incertezze dei volontari, ed è anche la ragione principale della difficoltà di trovare tali volontari. L'apertura e l'accettazione della diversità sono alla base del lavoro con tutte le persone, in modo da includere le persone con disabilità nella comunità. Le associazioni che si occupano di persone con disabilità spesso forniscono prontamente una formazione ai volontari e alle altre persone che entrano in contatto con loro.

Anche oggi, nel mondo della democrazia e della scienza, alcune persone temono qualcosa di nuovo e sconosciuto. Nel mondo ogni 30 secondi nasce un bambino con difficoltà di sviluppo. Un bambino con difficoltà di sviluppo, in seguito una persona con disabilità, è una persona completa con le sue specificità, i suoi bisogni, ma anche i suoi talenti. Questi individui richiedono innanzitutto attenzione, cura e sostegno da parte dell'uomo. Si tratta di persone con "difficoltà visibili": persone con difficoltà intellettive, deficit visivi, deficit uditivi, persone con disabilità fisiche, individui affetti da autismo, ecc. Le persone con disabilità e i bambini con difficoltà devono essere avvicinati soprattutto con amore e comprensione, che ci aiuterà a renderci conto dei loro bisogni, ma molto spesso anche dei loro talenti nascosti. I percorsi per superare le nostre paure vanno dalle conversazioni, dall'ascolto e dal contatto, dal coinvolgimento nelle attività della vita quotidiana a piani e programmi rigorosamente strutturati, a seconda della popolazione di persone con disabilità, della loro menomazione e delle loro capacità. Quando conosciamo gli individui, quando superiamo le paure e abbattiamo le barriere che ci dividono come un muro, saremo in grado di vivere in una comunità sana che accetta e rispetta la diversità.



2. PERSONE CON DISABILITÀ

Un bambino con difficoltà di sviluppo, in seguito una persona con disabilità, è un essere completo con tutte le sue specificità, i suoi bisogni ma anche le sue potenzialità. In primo luogo, richiede attenzione, cura e sostegno da parte dell'uomo. Si tratta di individui con "difficoltà visibili": individui con disabilità intellettiva, disabilità visiva, disabilità uditiva, individui con disabilità fisica, individui con autismo e ADHD.

Le persone con disabilità fisiche e i bambini con difficoltà di sviluppo devono essere avvicinati soprattutto con la comprensione, che ci aiuterà a capire i loro bisogni e i loro talenti nascosti. I percorsi per superare le nostre paure vanno dalle conversazioni, dall'ascolto e dal contatto, dal coinvolgimento nelle attività della vita quotidiana a piani e programmi rigorosamente strutturati, a seconda delle menomazioni e delle capacità delle persone con disabilità. Quando comprendiamo la struttura biopsicosociale di una persona, quando superiamo le paure abbattendo le varie barriere che ci dividono, allora siamo in grado di vivere in una comunità sana che accetta e rispetta la diversità.

L'atteggiamento nei confronti della disabilità varia a seconda della cultura e della società in cui la persona vive, della sua percezione, dei suoi atteggiamenti e dei suoi pregiudizi nei confronti delle persone con disabilità. L'atteggiamento della società nei confronti delle persone con disabilità riflette il grado di civiltà di una società.

Nel corso della storia, le persone con disabilità sono state stigmatizzate, rifiutate, discriminate e messe ai margini della società. L'atteggiamento della società nei confronti delle persone con disabilità variava dall'isolamento e dalla segregazione fino al rispetto dei loro bisogni, dei diritti umani, dell'integrazione sociale e della partecipazione alla comunità. Queste persone sono state di frequente private della loro dignità, ad esempio sono state chiamate con nomi offensivi e paragonate ad animali.

3. PERSONE NON VEDENTI E IPOVEDENTI

Le persone ricevono l'85% delle informazioni dall'ambiente attraverso la vista, che rappresenta la base dello sviluppo umano a livello cognitivo, motorio, sociale ed emotivo. Un danno alla vista provoca uno squilibrio nello sviluppo e nel funzionamento di una persona.

La disabilità visiva, che si divide in due tipologie, cecità e disabilità visiva, influenza non solo lo sviluppo di un individuo nelle aree motorie, cognitive e sensoriali, ma anche il suo comportamento. Lo sviluppo motorio delle persone con disabilità visiva è diverso da quello delle persone non vedenti. L'apprendimento di attività come vestirsi, mangiare, abbottonarsi la



camicia, ecc. è ostacolato dall'incapacità di esercitarsi e imitare visivamente i movimenti e le operazioni delle persone nell'ambiente.

La ristrutturazione avviene nell'area sensoriale, dove i sensi dell'olfatto, dell'udito e del tatto giocano un ruolo importante. Anche nell'area cognitiva ci sono enormi differenze individuali, quindi ci sono difficoltà nel pensiero astratto e i concetti vengono creati sulla base di altre aree sensoriali. Al contrario, i bambini ciechi non rimangono indietro nel linguaggio perché dipendono dalle modalità di comunicazione verbale, compresa la descrizione delle cose e del mondo che li circonda. La mancanza di contatto visivo con l'ambiente circostante può portare a comportamenti indesiderati in alcune persone con disabilità visiva, come riduzione dell'imitatività e della comunicazione, aggressività, bassa soglia di tolleranza, riservatezza, depressione e ansia, ecc. I comportamenti stereotipati possono manifestarsi come ondeggiamenti della testa o del corpo, rotazioni o pressioni sui bulbi oculari con le mani.

Le persone con disabilità visiva ricevono le informazioni dal mondo esterno utilizzando le aree percettive sensoriali, cioè sensi acuti come l'udito, l'olfatto e il tatto. La persona con disabilità visiva riceve l'immagine di ciò che la circonda attraverso il senso dell'udito. La persona con disabilità visiva può riconoscere e differenziare le emozioni di altre persone sentendo suoni diversi, e può apprendere ciò che accade nel suo ambiente. L'olfatto gli dice com'è l'ambiente circostante, mentre il tatto lo aiuta a conoscere gli oggetti, le persone, ecc.

L'enorme progresso nell'educazione e nell'istruzione è da attribuire a Louis Braille, che inventò il sistema di scrittura tattile in rilievo, il Braille appunto. La scrittura consiste in sei punti organizzati in due colonne con tre punti ciascuna. Ogni lettera dell'alfabeto, simbolo o carattere corrisponde a una determinata combinazione di questi punti in rilievo (63 caratteri per le lettere e i simboli e uno per lo spazio) che si leggono muovendo le dita sui punti in rilievo.

Per quanto riguarda l'orientamento e gli spostamenti, le persone non vedenti utilizzano l'udito, il tatto e l'olfatto per creare una particolare mappa mentale spaziale e raccogliere il maggior numero possibile di informazioni sull'ambiente per facilitare il movimento e l'orientamento. Le persone con disabilità visiva si muovono con il supporto di una guida vedente, di un bastone bianco, di un cane guida, di apparecchi elettrici e di varie tecniche.

Le persone ipovedenti devono sempre essere trattate con dignità e senza pietà. Se vogliamo aiutare una persona ipovedente, dobbiamo chiederle se vuole il nostro sostegno.

3.1. COME COMUNICARE E COMPORTARSI CON PERSONE CON DISABILITÀ VISIVA

- La comunicazione con la persona ipovedente deve iniziare parlando con lei o con un leggero tocco della mano.
- Presentarsi



- Quando vi avvicinate a una persona ipovedente, rivolgetevi a lei con voce calma, offrendole il vostro aiuto. Se la persona rifiuta, non offendetevi, perché ci sono valide ragioni per farlo, il che non significa che qualcun altro rifiuterà il vostro aiuto
- Non parlare mai alle spalle della persona o di lato
- Non prendete mai la mano di una persona per salutarla senza averla prima chiesta, a meno che non sia la persona stessa a offrirvela.
- Non chiedere mai alla persona ipovedente di indovinare il proprio nome.
- La persona ipovedente deve essere guardata negli occhi durante la conversazione
- Non si deve assolutamente disturbare il cane guida mentre aiuta la persona non vedente a muoversi
- Durante le discussioni di gruppo far notare a chi si sta rivolgendo la persona che parla
- Evitare di annuire con la testa
- Durante la conversazione, spiegare le emozioni se qualcosa viene mostrato in modo non verbale.
- Informare l'interlocutore quando lascia la stanza
- Chiedere sempre se la persona ha bisogno di sostegno
- Nella conversazione è consigliabile usare parole come "ci vediamo".
- Non è consigliabile cambiare l'ordine degli oggetti a casa o in ufficio se lo spazio è condiviso con una persona ipovedente
- Durante il movimento è importante seguire le regole di avvicinamento alla persona non vedente.
- evitare descrizioni come "è qui", "vai lì", "la sedia è qui". Ogni parola che parla della posizione degli oggetti deve essere accompagnata dal tocco della mano del non vedente (parlare con parole e movimenti). Quando si spiegano e si danno informazioni che aiutano l'orientamento (quando si parla della direzione del movimento), si usano parole come: davanti, dietro, a sinistra, a destra...
- La denominazione della posizione degli oggetti deve essere specifica e accompagnata da molti dettagli, ad esempio il vaso è sullo scaffale alla vostra sinistra.
- L'eventuale gestualità con le mani e le dimostrazioni non verbali devono sempre essere accompagnate da parole che descrivano ciò che viene mostrato.
- Quando volete che una persona non vedente guardi qualcosa, datele l'oggetto in mano; lasciateglielo guardare in modo tattile e, se possibile, annusare...
- Se non è possibile guardare l'oggetto in modo tattile perché è imballato e non è possibile aprirlo, descrivetelo con il maggior numero di dettagli possibile.
- leggere le informazioni scritte, le istruzioni, ecc.
- Se l'oggetto che state mostrando ha dei segni tattili, attirare l'attenzione del non vedente su questo fatto (ad esempio, nei telefoni il tasto 5 è contrassegnato da un punto, alcuni telecomandi hanno dei punti su alcuni tasti ...)
- Se avete prodotti contrassegnati da scritte in Braille per non vedenti, attirare la loro attenzione sul testo scritto.



3.2. COME GUIDARE UNA PERSONA NON VEDENTE

Per una camminata parallela in spazi chiusi o aperti, stare in piedi accanto alla persona non vedente con le braccia abbassate. Lasciate che l'interlocutore prenda il vostro braccio sopra il gomito con le dita all'interno e il pollice all'esterno del braccio. A questo punto, il gomito dell'interlocutore deve essere flesso. In questa posizione, la persona non vedente sarà mezzo passo dietro di voi, il che le permetterà di seguire il ritmo della vostra camminata.

Non dovete in nessun caso prendere la persona non vedente per mano e spingerla davanti a voi. Questo non solo provoca disagio, ma è anche pericoloso per la vita.

Per far capire ai non vedenti che devono stare dietro di voi, togliete il braccio guida dietro la schiena. Il vostro interlocutore vi seguirà con il braccio teso camminando dietro di voi invece che accanto a voi.

Quando scendete dal marciapiede della strada, così come quando arrivate alle scale, fermatevi brevemente prima di salire o scendere. Il vostro interlocutore percepirà il cambiamento nella posizione del vostro braccio, per far sedere la persona non vedente, non spingetela mai con la schiena rivolta alla sedia. Indipendentemente dal lato da cui ci si avvicina alla sedia, posizionare sempre il braccio guida sullo schienale della sedia. Questa mossa mostrerà all'interlocutore la posizione della sedia e poi toccherà all'interlocutore avvicinarsi e sedersi.

Mentre attraversate la porta, apritela sempre con il vostro braccio guida, perché in questo modo il vostro partner saprà in che direzione si apre. A questo punto, il partner deve trovarsi sul lato in cui si trova la maniglia della porta, in modo che dopo averla attraversata possa chiuderla con la mano libera.

3.3. REGOLE DI COMPORTAMENTO NEI RISTORANTI E NEI CAFFÈ

- Quando si ordinano cibi e bevande, aiutate la persona non vedente leggendo nomi e descrizioni
- Una persona non vedente usa gli utensili per mangiare in modo autonomo e vi chiederà aiuto solo quando lo riterrà necessario.
- Se una persona non vedente partecipa al pagamento del conto, consentite di farlo in modo autonomo: chiamerà il cameriere, chiederà il conto e lo pagherà da sola.
- Quando si serve il cibo su un piatto, si può spiegare il modo in cui viene servito secondo il principio delle lancette dell'orologio, ad esempio alle 3 c'è la carne, alle 9 il riso.

3.4. REGOLE DI COMPORTAMENTO NELL'UTILIZZO DEGLI SPAZI PUBBLICI



- Quando si utilizzano spazi pubblici, come i servizi igienici, è importante dare un feedback sulla pulizia dello spazio in cui si fa l'igiene personale o si utilizzano i servizi igienici.
- Non lasciare la porta semiaperta nello spazio in cui si muove la persona non vedente, perché la porta semiaperta è la più pericolosa in quanto è difficile da individuare con un bastone, che può passare accanto alla porta e la persona non vedente può poi sbattere contro la porta semiaperta
- Non mancare di informare la persona non vedente di qualsiasi cambiamento nell'organizzazione dello spazio, nella disposizione degli oggetti e dei mobili

4. PERSONE CON DEFICIT Uditivo

Insieme agli occhi, l'udito è il più importante tele-recettore. Attraverso l'udito, una persona riceve informazioni, acquisisce la capacità di comunicare parlando e sviluppa il pensiero astratto. Le persone con deficit uditivo sono sensibili alle vibrazioni, il che consente loro di partecipare a tutte le situazioni della vita.

Gli apparecchi acustici li aiutano nell'orientamento nello spazio, nel rilevare la fonte del suono e nella percezione di suoni diversi. Per ragioni di orientamento spaziale, rilevamento della fonte dello stimolo sonoro, persone ipoudenti e sorde spesso usano apparecchi acustici in entrambe le orecchie. Tuttavia, questi non aiutano nella percezione auditiva del linguaggio parlato o nella sua comprensione.

4.1. COMUNICAZIONE CON PERSONE CON DEFICIT Uditivo

Le persone con deficit uditivi comunicano usando l'alfabeto a una o due mani, leggendo il discorso dalle labbra dell'interlocutore, scrivendo sulla palma o usando la lingua dei segni. Ecco alcuni punti principali da considerare:

- Leggere dalle labbra di un interlocutore udente è un'ipotesi per una persona con deficit uditivo. È importante conoscere le competenze linguistiche della persona con deficit uditivo. Il viso dell'oratore deve essere ben illuminato, il discorso rallentato, i gesti più lenti e chiari
- Le frasi parlate devono essere semplici e deve essere posta un'enfasi speciale sulle parole che suonano simili
- È importante conoscere l'ampiezza del vocabolario che possiede la persona con deficit uditivo
- Permettere alla persona con deficit uditivo di scegliere il metodo di conversazione
- Se non comprendono l'interlocutore, chiedere di ripetere o scrivere
- Verificare se l'interlocutore ha compreso ciò che è stato detto
- Quando si parla a persone ipoudenti, si suggerisce che la distanza massima sia di 1,5 metri



- La persona con deficit uditivo deve poter vedere sempre il viso dell'oratore
- La comunicazione inizia agitando la mano o toccando la spalla della persona
- Prima di iniziare la comunicazione, è necessario eliminare tutti gli ostacoli audio e visivi
- Mantenere il contatto visivo durante tutta la conversazione
- Evitare di parlare ad alta voce e avere una conversazione in modo rilassato
- Passare alla comunicazione scritta nel caso in cui le persone non si capiscano
- Gesticolare e usare espressioni facciali durante spiegazioni e descrizioni

4.2. COME AVVICINARSI E COMUNICARE CON PERSONE CON DEFICIT Uditivo

- Non urlare perché non posso sentirti
- Vieni e tocca la mia spalla – così saprò che sei qui
- Non avvicinarti da dietro o dal fianco perché non posso vederti
- Avvicinati da davanti – così sarà più facile per me notarti
- Non scomparire all'improvviso perché mi sentirò perso
- Fammi sapere quando te ne vai – così saprò che non sei più qui
- Non stare semplicemente in piedi e in silenzio quando siamo insieme
- Sii il mio “orecchio” trasferendomi le informazioni che senti – così saprò cosa sta succedendo
- Non cercare di impormi una comunicazione con cui non sono familiare
- Se sono ipoudente, potrei essere in grado di leggere le tue labbra
- Guarda in faccia quando parli con me – facendo ciò non abbassare la testa o coprire la bocca
- Se sono ipoudente, posso ancora comprendere il discorso ad alta voce in spazi tranquilli e silenziosi
- Parla nel mio orecchio, dove il mio udito è migliore – parla lentamente, chiaramente e in modo intelligibile
- se non posso sentire nulla, potrei conoscere la lingua dei segni
- se sai usare la lingua dei segni, parla con me;

5. PERSONE CON DIFFICOLTÀ INTELLETTIVE

Le difficoltà intellettive non sono malattie mentali, ma piuttosto condizioni individuali che durano tutta la vita e che compaiono intorno alla nascita e vengono riconosciute in età scolare. Possono essere trattate con tecniche e terapie educative, ma non sono curabili.

Le deviazioni del funzionamento intellettuale sono spesso riconosciute come difficoltà nell'esecuzione di diverse operazioni di pensiero (giudicare, dare un'opinione, concludere, pianificare, risolvere problemi, pensiero astratto, comprensione di idee complesse,



apprendimento rapido e apprendimento attraverso l'esperienza) che aggravano significativamente l'acquisizione di contenuti di apprendimento astratti. Molto spesso le difficoltà sono presenti nelle seguenti aree:

- Percezione (difficoltà nella percezione visiva – ridotta differenziazione dei colori, difficoltà nel differenziare la figura dallo sfondo; difficoltà nella percezione uditiva – ascolto concentrato ridotto, ridotta differenziazione e memorizzazione di suoni, parole e segmenti parlati; difficoltà nell'integrazione visiva e nella coordinazione visuo-motoria)
- Attenzione (non fanno la scelta giusta di ciò che deve essere memorizzato, non possono separare le caratteristiche essenziali da quelle non essenziali dello stimolo, devono essere indirizzati e incoraggiati)
- Linguaggio (ritardo significativo, deficit specifico nell'apprendimento di una lingua, il linguaggio espressivo è ritardato rispetto a quello recettivo, la quantità e la qualità del vocabolario è limitata, non usano abbastanza parole che non conoscono)
- Memoria (capacità ridotta della memoria a breve termine e di lavoro, ridotto numero di elementi informativi che possono essere memorizzati nella memoria a lungo termine, possibilità significativamente inferiore di analisi e sintesi delle informazioni, le strategie di memorizzazione non vengono usate spontaneamente)
- Motivazione
- Sviluppo personale
- Sviluppo e comportamento emotivo, morale, sociale)

5.1. COME POSSIAMO COMUNICARE CON UNA PERSONA CON DIFFICOLTÀ INTELLETTIVE:

- Non infantilizzare mai la persona
- Se la persona ha più di 18 anni, deve essere trattata con il "voi" per rispetto (nelle lingue che lo prevedono)
- Evitare forme di domande complesse e rigide
- Usare espressioni familiari nelle conversazioni sociali
- Evitare domande aperte
- Usare strutture linguistiche il più chiare possibile
- Spiegare all'inizio della conversazione i concetti e la terminologia complessa
- Utilizzare parole semplici durante la conversazione
- Evitare domande che includono la dimensione temporale
- Utilizzare domande dirette
- Parlare in modo rilassato
- Se è necessario ottenere informazioni dal familiare o dal tutore, è sempre necessario che la persona con difficoltà intellettive rimanga al centro dell'attenzione dell'oratore



attraverso il contatto visivo e il linguaggio del corpo avoid complex and strict forms of questions

6. PERSONE CON DISABILITÀ FISICHE

Con disabilità fisica, intendiamo menomazioni fisiche, deformazioni e disturbi funzionali o motori, a causa dei quali è richiesto un addestramento per la vita e il lavoro in condizioni adeguate.

Le persone con disabilità fisiche sono quelle con:

1. danni al sistema locomotore
2. danni al sistema nervoso centrale
3. danni al sistema nervoso periferico e muscolare
4. danni risultanti da malattie croniche di altri sistemi

Le persone con disabilità fisiche sperimentano difficoltà nell'esecuzione di determinate attività.

6.1. REGOLE DI COMPORTAMENTO VERSO LE PERSONE SU SEDIA A ROTELLE

- Concentrarsi sulla persona piuttosto che sulla sua disabilità
- Stringere educatamente la mano alla persona con disabilità, anche se ha una possibilità limitata di muovere le mani o se indossa una protesi al braccio
- Prima di offrire aiuto, chiedete sempre alla persona in sedia a rotelle se vuole il vostro aiuto.
- Non è consentito appendere o appoggiare la sedia a rotelle perché fanno parte dello spazio personale di una persona.
- Mentre si sposta la persona dalla sedia a rotelle, questa va lasciata a portata di mano
- Rivolgersi direttamente alla persona sulla sedia a rotelle
- Durante una conversazione più lunga, sedersi allo stesso livello degli occhi della persona sulla sedia a rotelle
- Non umiliare o patronizzare la persona sulla sedia a rotelle dandole pacche sulla testa
- Quando si spiega la strada a qualcuno, pensare a cose come la distanza, dove si trova il marciapiede abbassato o i luoghi con barriere, le condizioni meteorologiche e gli ostacoli fisici che possono ostacolare il movimento
- Va bene usare espressioni come: "camminare accanto" o "andiamo a fare una passeggiata" quando si parla alla persona sulla sedia a rotelle. Lo interpretano come espressione dell'idea di muoversi nella stessa direzione.
- Attenzione ai pregiudizi! La sedia a rotelle significa libertà per il suo utente e la possibilità di muoversi liberamente e di impegnarsi pienamente nella vita



- Non coccolare i cani guida o altri animali che aiutano... stanno lavorando.
- Incoraggiare i bambini a fare domande alle persone sulla sedia a rotelle sulla loro sedia a rotelle. Parlare con loro della disabilità o incoraggiarli ad avvicinarsi e chiedere loro stessi della loro condizione e del loro ausilio alla mobilità. La comunicazione aiuta a colmare le barriere guidate da paure e illusioni.
- Non evitare di stringere la mano a persone con estremità superiori amputate
- Prendersi cura delle pause per il riposo negli incontri quando sono presenti persone su sedie a rotelle
- Non toccare la sedia a rotelle perché è lo spazio personale di un individuo.

7. PERSONE CON DISTURBI DELLO SPETTRO AUTISTICO

L'autismo è definito come una condizione caratterizzata da disturbo nella stabilità emotiva, intelligenza, abilità psicomotorie, comunicazione verbale e sociale. La manifestazione fondamentale dell'autismo è l'autoisolamento, il disturbo nella voce e nella comunicazione verbale, l'attività priva di scopo e la perseveranza. Le persone con ASD mostrano difficoltà nelle seguenti aree:

- Sensoriale – dove l'ipersensibilità o la mancanza di sensibilità agli stimoli sensoriali o il sovraccarico sensoriale possono rendere difficile partecipare alle interazioni sociali, in classe o nell'acquisizione dei contenuti delle lezioni.
- Pensiero, memorizzazione e attenzione. Il pensiero nelle persone con ASD può essere inflessibile, con problemi espressi nell'applicazione e nella generalizzazione di contenuti appresi in altri contesti. Hanno anche difficoltà a comprendere idee e concetti astratti, pensano in termini concreti e comprendono letteralmente. È difficile per loro guardare da un'altra prospettiva, il che è collegato a una scarsa comprensione sociale.
- Pianificazione motoria (che può portare a difficoltà nell'esecuzione di sequenze di movimenti), abilità di risoluzione dei problemi e abilità metacognitive (pensare a ciò che hanno imparato e a ciò che potrebbero fare).

7.1. CARATTERISTICHE DEI BAMBINI E DELLE PERSONE CON ASD:

- Minore capacità di esprimere piacere per la felicità degli altri (mancanza di empatia)
- Il loro aspetto non è diverso da quello degli altri bambini
- Mancanza di interesse per altri bambini o le loro attività
- Relazione infruttuosa con i coetanei
- Assenza o ridotta capacità di imitare
- Ridotta capacità di esprimere piacere
- Forma di comunicazione non verbale disturbata (contatto occhio a occhio, espressione del viso, postura del corpo)
- Assenza del primo sorriso



- Ritardo nello sviluppo del linguaggio
- Preoccupazione per uno o più interessi
- Attaccamento alle routine
- Forte resistenza ai cambiamenti
- Ritiro in se stessi
- Disturbi del sonno e dell'alimentazione
- Comportamento ossessivo-compulsivo (ordinare le cose)
- Aggressività e autoaggressività
- Non indicano qualcosa con il dito, ma piuttosto soddisfano il loro bisogno prendendo un adulto per mano e conducendolo

7.2. COSA VUOLE CHE TU SAPPIA SU DI LEI UNA PERSONA CON ASD:

- Sono una persona con autismo. Non sono "autistico". Il mio autismo non mi definisce come persona.
- La mia percezione è diversa. Ciò significa che le solite viste, suoni, odori e sapori possono essere un'esperienza molto dolorosa per me.
- Per favore, fa' attenzione alla differenza tra non voglio (non voglio farlo) e non posso (non mi è possibile farlo). Non è che non sto ascoltando le istruzioni – semplicemente non le capisco. Rivolgiti a me direttamente con parole semplici.
- Penso in termini molto concreti e interpreto il linguaggio letteralmente. Non capisco i giochi di parole o il sarcasmo e per favore non usarli nella conversazione.
- Sii paziente con il mio vocabolario limitato. È difficile per me esprimere ciò che voglio quando non so come esprimere in parole ciò che sento.
- Poiché il linguaggio e l'espressione di me stesso non sono i miei punti di forza, apprendo meglio visivamente. Preferirei che mi mostrassi come fare qualcosa piuttosto che cercare di spiegarlo a parole.
- Concentra e indirizza la tua energia su ciò che posso e so fare, piuttosto che su ciò che non posso o non so fare.
- Aiutami con l'interazione sociale. Potrebbe sembrare che non voglia giocare con altri bambini nel parco, ma spesso semplicemente non so come iniziare una conversazione o trascorrere del tempo insieme a loro.
- Cerca di scoprire quali sono i trigger delle mie esplosioni emotive, ovvero cosa c'era prima di loro e cosa le ha causate. Accadono quando uno degli stimoli è sovraccarico. Se trovi il trigger, gli scoppi possono essere prevenuti.

7.3. COME COMUNICARE CON UNA PERSONA CON DISTURBO DELLO SPETTRO AUTISTICO:

- Prima di rivolgerti a lui/lei, chiama la persona per nome
- Dai meno informazioni e parla più lentamente
- Usa pause affinché la persona possa elaborare le informazioni



- Usa tipi di domande chiuse brevi
- Prevedi più tempo per la comunicazione
- Se la persona è non verbale nella comunicazione, usa schede visive

8. ADHD

L'ADHD o disturbo da deficit di attenzione con iperattività e impulsività, è uno dei disturbi del neurosviluppo più frequenti nei bambini e negli adolescenti maggiorenni. Questo disturbo cognitivo e comportamentale è caratterizzato da iperattività, impulsività e mancanza di attenzione. I sintomi possono variare di intensità, per cui una persona può essere prevalentemente iperattiva e impulsiva, oppure prevalentemente disattenta, ma entrambi i tipi di sintomi possono essere combinati e comparire con la stessa intensità. Il disturbo è presente nei bambini, negli adolescenti e negli adulti.

L'ADHD non è una malattia, ma un disturbo dello sviluppo dovuto alla mancanza di inibizione del comportamento. Si sviluppa intorno ai sette anni di età. Si manifesta come un livello di disattenzione, attività eccessiva e impulsività inadeguata allo sviluppo, che aggrava l'autoregolazione e l'organizzazione del comportamento rispetto al futuro.

Le persone affette da ADHD presentano difficoltà nelle attività motorie (irrequietezza, goffaggine, bisogno di attività), nelle relazioni emotive e sociali (bassa soglia di tolleranza, rabbia, distruzione, non accettazione da parte dei coetanei, aggressività), nelle funzioni cognitive (scarso pensiero astratto, mancanza di organizzazione nel pensiero, difficoltà nella formazione dei concetti, difficoltà di memorizzazione, disturbo della lettura, della scrittura e del calcolo) e nell'attenzione non selettiva e di breve durata.

Queste persone sono spesso impulsive. Rispondono a raffica prima che la domanda venga posta, hanno difficoltà ad aspettare il proprio turno, interrompono e disturbano la conversazione o il gioco degli altri.

Il deficit di attenzione comporta errori, mancanza di attenzione ai dettagli e difficoltà di concentrazione durante lo svolgimento di alcune attività. La persona dà l'impressione di non ascoltare l'interlocutore, di non seguire le istruzioni e di non portare a termine gli obblighi, ha difficoltà a organizzarsi, evita e non ama i compiti che richiedono un maggiore sforzo mentale, perde spesso le cose e dimentica frequentemente le attività quotidiane. Dopo ogni reazione, è necessario parlare di comportamenti accettabili e inaccettabili.

9. PERSONE CON DISTURBI COMPORTAMENTALI

Behavioural disorder is the group name for different forms of inadequate, socially unacceptable, harmful and incriminating behaviour of children and youths. These are types of



behaviour which result in certain difficulties and damage to themselves or other individuals, groups or community. Such a negative type of behaviour has negative consequences for the educational and work achievements of a child, as well as its social and overall behaviour and functioning.

9.1. COME AIUTARE UN BAMBINO CON DIFFICOLTÀ COMPORTAMENTALI

- Riconoscere la richiesta di aiuto di un bambino
- Concordare insieme al bambino delle chiare REGOLE di comportamento
- Concordare in anticipo le conseguenze in caso di violazione delle regole di comportamento
- Spiegare al bambino perché la violazione delle regole concordate comporta delle conseguenze
- Adattare le regole e le conseguenze alle esigenze, all'età e alle capacità del bambino (ad esempio, non è realistico vietare a un bambino iperattivo di uscire per un mese), ma anche alle vostre possibilità, in modo da essere PERSISTENTI (far durare la conseguenza fino a quando potete sopportarla)
- Le conseguenze NON DEVONO includere punizioni fisiche, umiliazioni, torture mentali, privazione di beni fondamentali per la vita (cibo, acqua, vestiti, ...), minacce.

10. FAMIGLIE DI PERSONE CON DISABILITÀ / BAMBINI CON DIFFICOLTÀ

Prepararsi alla genitorialità e avere aspettative felici nei confronti di un figlio è da un lato un grande piacere e una sfida nella vita di due persone, i genitori, ma dall'altro è una grande apprensione (ansia) e paura dell'ignoto, nella speranza che tutto andrà bene con il figlio/a che entrerà nella vita della famiglia. Molti genitori si aspettano un bambino perfetto, un "bambolotto", ma a volte subiscono uno shock che li porta ad accettare o meno un bambino con difficoltà che entra nella loro vita già strutturata e organizzata con chiare regole di comportamento fuori e dentro la loro comunità.

L'arrivo di un membro con difficoltà nella famiglia rappresenta una sfida e un'esplosione di emozioni diverse: lutto, rabbia, alienazione, colpevolizzazione di sé e dell'altro partner.

I genitori di bambini con difficoltà di sviluppo trascorrono più tempo in situazioni di stress rispetto ai genitori di bambini normali. Le ragioni di un livello così elevato di stress risiedono nelle sfide portate da un bambino con difficoltà o da una persona con disabilità, nelle difficoltà finanziarie e nelle difficoltà del matrimonio/relazione, nella mancanza di tempo libero e nella preoccupazione per il futuro. Per le famiglie con bambini con difficoltà sarà più facile



affrontare lo stress se i membri della famiglia hanno un'immagine positiva di sé, un'autostima costruita, un approccio costruttivo alla risoluzione dei problemi e una regolazione emotiva se all'interno della famiglia si alimenta l'unione, l'attaccamento tra i membri, l'empatia, le attività condivise e il sostegno reciproco.

I coniugi affrontano lo stress in modi diversi.

Per evitare conflitti e disaccordi è necessario incoraggiare la comunicazione familiare. Questo obiettivo può essere raggiunto nei seguenti modi:

- Dedicare del tempo libero a se stessi come coniugi, non solo come genitori
- Essere onesti riguardo ai propri sentimenti
- Comunicare con altre famiglie che hanno figli con disabilità
- Cercare aiuto e consulenza quando necessario be honest about their feelings

L'arrivo di un nuovo membro della famiglia con difficoltà influenza non solo i coniugi e i partner, ma anche i fratelli e le sorelle. Le relazioni all'interno della famiglia influenzano l'atmosfera e la vita del bambino con difficoltà e delle persone con disabilità, così come di tutti i membri della famiglia.

L'atteggiamento dei fratelli e delle sorelle nei confronti del membro con difficoltà dipenderà dalle loro capacità e dalla loro percezione, dalla relazione tra i genitori e dai loro atteggiamenti. I fratelli e le sorelle crescono e maturano rapidamente, assumendo il ruolo di madre o padre nello svolgimento dei vari lavori domestici. Sono esposti a compiti e aspettative troppo grandi, contando spesso sulle proprie forze e sui propri risultati, aspettandosi di essere "più forti" e quindi più indipendenti.

Le relazioni tra fratelli e sorelle e il familiare con difficoltà sono importanti per la crescita e lo sviluppo del membro con difficoltà. Per quanto riguarda il fratello o la sorella con difficoltà, i genitori sono tenuti a:

- Essere onesti nel dare informazioni sulle difficoltà del fratello o della sorella
- Dedicare tempo e spazio per fare domande e dare il maggior numero di risposte possibile
- Spiegare in che modo sono diversi e in che modo sono simili
- Spiegare che il fratello o la sorella stanno facendo le stesse cose che fanno loro, ma potrebbero aver bisogno di più tempo o di un qualche tipo di assistenza
- Mostrare comprensione per le loro emozioni
- Mostrare i propri sentimenti perché in questo modo si dà il buon esempio di accettazione di una difficoltà.
- Trovare un tempo comune per svolgere le attività. Un bambino con sviluppo tipico apprezzerà il tempo che un genitore dedica solo a lui.
- Risolvere congiuntamente i problemi
- Allargare la cerchia di amici di un bambino con sviluppo tipico, perché il bambino ha il diritto di stare solo con i suoi coetanei.



- Parlare al bambino della sua vita
- Mostrare loro che per i genitori sono importanti quanto il loro figlio con difficoltà
- Includere il membro della famiglia nel gruppo di sostegno.

11. VOLONTARIATO E SOCIETÀ CIVILE

Non dubitate mai della capacità di un piccolo ma determinato gruppo di persone di cambiare il mondo. È l'unica cosa che si è dimostrata vincente nella storia dell'umanità.

Margaret Mead, antropologa

Il malcontento e l'insoddisfazione per la realtà esistente sono le motivazioni alla base di molte iniziative civili. Quando vogliamo risolvere la situazione il più rapidamente possibile, reagiamo spontaneamente e senza un piano. Quando il risultato non è all'altezza dello sforzo e del tempo investito, concludiamo: "Non ha senso, non si può cambiare nulla". Nominare un problema specifico non è sufficiente per coinvolgere la comunità locale. La società civile consente un'azione efficace e un impatto positivo sulla vita di molte persone.

I valori sono l'aspetto più positivo delle organizzazioni della società civile. Tutto il loro lavoro si basa sulla lotta per i valori che ritengono importanti, spesso legati a cambiamenti positivi nella società.

Fattore di coesione - le organizzazioni della società civile svolgono un ruolo attivo nel promuovere relazioni armoniose tra i diversi gruppi politici, culturali, religiosi ed etnici della società..

Promozione dei diritti umani – è una parte importante della missione della maggior parte delle organizzazioni della società civile.

Diversità culturale, uguaglianza - tutte le organizzazioni della società civile hanno dichiarato l'apertura e l'inclusività nei loro statuti, come previsto dalla legge.

Promozione dell'uso sostenibile delle risorse naturali - il settore in cui le organizzazioni della società civile hanno ottenuto i maggiori successi.

Processo decisionale democratico - nelle organizzazioni della società civile, rispetto ai settori pubblico e privato, è più frequente la pratica di coinvolgere i membri e gli stakeholder nei processi decisionali.

I volontari sono una delle caratteristiche più importanti della società civile. Sono individui idealisticamente motivati che vogliono dedicare parte della loro vita ad aiutare gli altri. Riconoscono i bisogni sociali e, senza i vantaggi di un lavoro retribuito, si assumono



responsabilità e dedicano il loro tempo a lavorare in programmi non profit, credendo che attraverso il loro lavoro aiutino gli altri ma anche se stessi.

11.1. DIRITTI E RESPONSABILITÀ DEI VOLONTARI

Diritti

- Essere considerati collaboratori, non solo un aiuto non retribuito.
- Avere compiti su misura per loro ed essere utili
- Conoscere l'organizzazione, la sua missione, le sue persone e i suoi programmi.
- Partecipare alle attività
- Ricevere una formazione di qualità
- Essere consigliati e guidati quando necessario
- Avere condizioni di lavoro adeguate
- Essere esposti a diverse esperienze
- Essere ascoltati e coinvolti nella pianificazione
- Essere riconosciuti attraverso avanzamenti e premi
- Essere ringraziati per il loro impegno
- Un utilizzo saggio del tempo messo a disposizione dai volontari
- Ricevere risposte e feedback tempestivi
- Ricevere prontamente le chiamate telefoniche
- Ricevere spiegazioni sui rischi

Responsabilità

- Accettare i compiti che sono in grado di svolgere
- Rispettare la fiducia riposta in loro
- Rispettare le opinioni professionali, i metodi, ecc.
- Rispettare le regole dell'organizzazione
- Svolgere i compiti in modo responsabile e nel rispetto delle scadenze concordate
- Esprimere i propri limiti



12. BIBLIOGRAFIA

- Alimović, S. Suradnja između stručnjaka i roditelj. Zagreb: ERF, Sveučilišta u Zagrebu. Aronson, E., Wilson, T. D., Akert, R. M. (2005). Socijalna psihologija. Zagreb: MATE d.o.o.
- Barada, V., Jelavić, Ž. (2004). Uostalom, diskriminaciju treba ukinuti! Zagreb: Centar za ženske studije. Baša, F. (2020).
- Mogućnosti i izazovi korištenja pametnih mobilnih uređaja za osobe s intelektualnim teškoćama. Diplomski rad. Rijeka: Sveučilište za informatiku.
- Begić, D. (2016). Psihopatologija. Zagreb: Medicinska naklada.
- Bujas Petković, Z., Frey Škrinjar, J. (2010) Poremećaj autističnog spektra. Značajke i edukacijsko-rehabilitacijska podrška. Zagreb: Školska knjiga.
- Cesarić, V., (2019). Diplomski rad: Stavovi društva prema djeci i odraslim osobama s invaliditetom. Varaždin: Sveučilište Sjever, Odjel za sestrinstvo.
- Fajdić, A., Priručnik za videće asistente osobama s oštećenjima vida .Zagreb: Hrvatski savez slijepih.
- Greenspan, S. i sur. (2004). Dijete s posebnim potrebama. Poticanje intelektualnog i emocionalnog razvoja. Donji Vukovec: Ostvarenje.
- Hercigonja N., V, Kocijan H., D (2022). ADHD. Od predrasuda do činjenica. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske.
- Leutar, Z., Buljevac, M. (2020). Osobe s invaliditetom u društvu. Zagreb: Pravni fakultet.
- Svetomir, B., Kolar, D., Kolar, M. (2002) Mentalna retardacija i psihotični poremećaji. Psihijatrija danas, 34 (3-4), 327-343.
- Leutar, Z., Buljevac, M. (2020) Osobe s invaliditetom u društvu. Zagreb: Biblioteka socijalnog rada.
- Pospiš, M. (1997). Neurološki pristup školskom neuspjehu. Varaždinske Toplice: Tonimir.
- Pospiš, M. (1996). Definicija cerebralne paralizu. Zagreb: Savez za cerebralnu i dječju paralizu Hrvatske. Varaždinske Toplice: Tonimir
- Pribanić, LJ, I sur. (2014). Priručnik za rad s osobama s komunikacijskim teškoćama u redovnom odgojno-obrazovnom sustavu u sklopu cjeloživotnog slušanja. Zagreb: Centar za odgoj i obrazovanje „Slava Raškaj“.
- Sabol, R. (1971). Cerebralna paraliza. Pregled.
- Stančić, V. (1991). Oštećenje vida- biopsihosocijalno aspekt. Zagreb: Školska knjiga.
- Šoltić, S. (2018). Diplomski rad: Usporedba stavova opće populacije i stavova osobnih asistenata prema osobama s invaliditetom. Varaždin: Sveučilište Sjever, Odjel za sestrinstvo
- Treščec, A. (2023). Komunikacijske vještine. Asertivna komunikacija. PPT
- Zergollern, Lj. I sur (1986). Medicinska genetika. Zagreb: Školska knjiga.
- Zovko, G. (1994). Peripatologija 1. Zagreb: Školska knjiga.