

# CALMD

---

RISULTATO DEL PROGETTO 3: UN KIT INNOVATIVO PER ADULTI CON  
DISABILITÀ, CON ATTIVITÀ AUTOGUIDATE PER UNA VITA INDIPENDENTE

Kit per un processo decisionale guidato, che coinvolga membri della  
famiglia o amici



Cofinanziato  
dall'Unione europea

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente le opinioni degli autori, e l'Agenzia nazionale e la Commissione non possono essere ritenute responsabili per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.



## Indice dei contenuti

Attività 1: Sessione di pianificazione e definizione degli obiettivi.....	6
Attività 2: Riunione del cerchio di sostegno.....	9
Attività 3: Sessione di pianificazione e definizione degli obiettivi.....	13
Attività 4: Mappatura degli obiettivi di vita.....	18
Attività 5: Scenari decisionali.....	21
Attività 6: Rete di supporto personale nel processo decisionale.....	24
Attività 7: Analisi costi-benefici per le persone con disabilità.....	28
Attività 8: Processo decisionale, strumento per prendere decisioni difficili.....	30
Attività 9: Scegliere un percorso di istruzione post-secondaria.....	34
Attività 10: Scegliere una nuova residenza.....	38
Attività 11: Scegliere attività del tempo libero.....	42
Attività 12: Riflessioni sul processo decisionale.....	46



## INTRODUZIONE

Di seguito sono riportate le fasi strutturate per fornire un sostegno adeguato alle persone con disabilità intellettiva affinché sviluppino le loro capacità decisionali e acquisiscano fiducia nel compiere scelte in linea con le loro preferenze e i loro obiettivi.

### Stabilire un rapporto di sostegno e fiducia:

- Costruire un rapporto positivo con l'individuo basato sulla fiducia e sul rispetto.
- Creare un ambiente sicuro e non giudicante in cui egli si senta a proprio agio nell'esprimere i propri pensieri e le proprie preferenze.

### Valutare le loro capacità e esigenze:

- Effettuare una valutazione per comprendere le capacità cognitive e comunicative, e le esigenze di sostegno dell'individuo.
- Adattare il vostro approccio e il livello di assistenza di conseguenza, per soddisfare le sue

### Fornire informazioni e opzioni:

- Presentare un numero limitato di opzioni per evitare di sopraffare l'individuo:
  - Per esempio, quando si sceglie un'attività, offrire due o tre scelte, come fare una passeggiata, giocare a un gioco da tavolo o leggere un libro.
- Offrire informazioni chiare e accessibili sulla decisione da prendere:
  - Per esempio, quando si sceglie un'attività ricreativa, fornire una breve descrizione di ogni opzione, come "Giocare a calcio: gioco all'aperto con un pallone" o "Disegnare: usare colori e carta per creare arte".

### Utilizzare sostegni visivi:

- Utilizzare sostegni visivi come immagini, simboli o grafici per rappresentare le opzioni. Le immagini possono aiutare le persone a comprendere le opzioni, a confrontare le scelte e a prendere decisioni informate.
  - Per esempio, per decidere cosa indossare, create una tabella visiva con immagini di diversi capi di abbigliamento.

### Scomporre il processo decisionale:

- Dividete il processo decisionale in fasi più piccole e gestibili.
  - Per esempio, se si sceglie un pasto, si decide prima la portata principale, poi si seleziona un contorno e infine si sceglie il dessert.

### Incoraggiare l'espressione delle preferenze:

- Creare un ambiente sicuro e di sostegno per consentire alla persona di esprimere le proprie preferenze.
- Promuovere l'autoaffermazione incoraggiando l'individuo a esprimere i propri pensieri, sentimenti e preferenze. Offrire l'opportunità di comunicare le proprie scelte utilizzando la modalità di comunicazione preferita, che sia attraverso la parola, i gesti, le immagini o i sistemi di comunicazione aumentativa e alternativa (CAA).
  - Per esempio, fate domande come: "Quale attività ti sembra più piacevole?" o "Che tipo di cibo hai voglia di mangiare oggi?".

### Prevedere tempo aggiuntivo:

- Lasciate alla persona il tempo necessario per elaborare le informazioni e prendere una decisione.
  - Evitate di affrettare il processo, perché le persone con disabilità intellettiva possono avere bisogno di più tempo per valutare le loro opzioni.

### Sostenere le capacità decisionali:

- Offrire guida e sostegno durante il processo decisionale.
  - Per esempio, se si sceglie un'attività ricreativa, porre domande aperte come: "Cosa ti piace del gioco del calcio?" o "Di quale sostegno pensi di aver bisogno per dipingere?".

### Incoraggiare la riflessione e la valutazione:

- Una volta presa la decisione, incoraggiate la persona a riflettere sulla sua scelta.
  - Per esempio, chiedetele cosa pensa dell'attività che ha scelto o se ha gradito il pasto che ha scelto.

### Rafforzare l'autonomia e i risultati positivi:

- Riconoscere e celebrare la capacità della persona di prendere decisioni e riconoscere i risultati positivi derivanti dalle sue scelte.
  - Ad esempio, lodateli per aver preso una decisione ed esprimete apprezzamento per il loro contributo.

### Rispettare e convalidare le scelte:

- Rispettare l'autonomia dell'individuo e riconoscere il valore delle sue scelte, anche se differiscono dalle proprie preferenze o aspettative.

### Fornire un sostegno e una rivalutazione continui:

- Offrire un sostegno continuo mentre l'individuo sviluppa le proprie capacità decisionali.
- Rivalutate regolarmente le loro capacità, modificate le strategie di sostegno se necessario e fornite una guida quando affrontano nuove decisioni e sfide.

## Attività 1: Sessione di pianificazione e definizione degli obiettivi

**Obiettivo:** Promuovere un processo decisionale assistito e la definizione di obiettivi collaborativi, tra adulti con disabilità mentale e i loro familiari o amici.

**Istruzioni:**

1. Riunire un gruppo di persone, tra cui la persona con disabilità mentale e i suoi familiari o amici.
2. Creare un ambiente rilassato e confortevole per una comunicazione aperta.
3. Iniziate discutendo dell'importanza di fissare obiettivi e prendere decisioni insieme.
4. Incoraggiare ogni partecipante a condividere le proprie aspirazioni, interessi e desideri per il futuro.
5. Assicurarsi che le opinioni e le idee di tutti siano rispettate e valorizzate.
6. Facilitare una discussione per identificare obiettivi e aree di interesse comuni.
7. Scomporre gli obiettivi identificati in passi più piccoli e realizzabili.
8. Sviluppare in modo collaborativo un piano d'azione, assegnando le responsabilità a ciascun individuo coinvolto.
9. Incoraggiare incontri regolari di follow-up per verificare i progressi, apportare modifiche e fornire un sostegno continuo.
10. Festeggiare i risultati ottenuti lungo il percorso e riconoscere gli sforzi di tutte le persone coinvolte.

**Benefici:** Questa attività promuove un senso di inclusione, responsabilizzazione e condivisione delle decisioni. Aiuta la persona con disabilità mentale ad avere sicurezza nell'esprimere i propri desideri e coinvolge attivamente la famiglia o gli amici nel sostenere e guidare il percorso verso il raggiungimento degli obiettivi.

## Scheda di lavoro 1: Sessione di pianificazione e definizione degli obiettivi

Nome del partecipante: \_\_\_\_\_

Istruzioni:

1. Pensate alle vostre aspirazioni, ai vostri interessi e desideri per il futuro.
2. Scrivete i vostri obiettivi nei rispettivi spazi sottostanti.
3. Discutete e collaborate con i vostri familiari o amici per sviluppare un piano d'azione per ogni obiettivo.
4. Assegnate gli incarichi e fissate le date di scadenza per ogni fase.
5. Esaminate regolarmente i progressi, apportate modifiche e fornite un sostegno continuo per raggiungere gli obiettivi.
6. Festeggiate i risultati ottenuti lungo il percorso!

Piano d'azione			
Obiettivo	Descrizione		
	Passo 1	Responsabilità	Data obiettivo
	Passo 2	Responsabilità	Data obiettivo
	Passo 3	Responsabilità	Data obiettivo
	Passo 4	Responsabilità	Data obiettivo

Note:

Potete utilizzare tutte le schede di lavoro che desiderate per fissare altrettanti obiettivi. Ricordate di rivedere e aggiornare regolarmente gli obiettivi e i piani d'azione durante le riunioni di follow-up con i vostri familiari o amici.

## Attività 2: Riunione del cerchio di sostegno

## ATTIVITÀ 2

**Obiettivo:** Stabilire un cerchio di sostegno regolare in cui gli adulti con disabilità mentali possano chiedere alla famiglia o agli amici una guida e un contributo sulle varie decisioni e sfide che incontrano.

### Istruzioni:

1. Organizzare riunioni periodiche del cerchio di sostegno, idealmente una volta al mese o secondo la convenienza dei partecipanti.
2. Nominare un facilitatore che garantisca che tutti abbiano le stesse opportunità di parlare e di essere ascoltati.
3. Iniziare ogni riunione con una discussione aperta, permettendo ai partecipanti di condividere qualsiasi decisione o sfida che stanno affrontando al momento.
4. Incoraggiare la persona con disabilità mentale a esprimere apertamente i propri pensieri e le proprie preoccupazioni.
5. Consentire ai familiari o agli amici di fornire indicazioni, suggerimenti e sostegno, pur garantendo che la decisione finale spetti alla persona con disabilità.
6. Fornire risorse e informazioni su argomenti rilevanti per favorire un processo decisionale informato.
7. Mantenere un'atmosfera positiva e non giudicante per tutta la durata della riunione.
8. Stabilire gli obiettivi per il mese successivo e discutere dei passi necessari per raggiungerli.
9. Incoraggiare i partecipanti a tenere un registro delle decisioni prese e dei risultati per riferimenti e riflessioni future.

### Benefici:

**Sostegno e orientamento:** L'incontro del cerchio di sostegno fornisce una piattaforma per gli adulti con disabilità mentale perché possano cercare orientamento e sostegno da parte dei loro familiari o amici. Crea uno spazio sicuro per discussioni aperte e permette ai partecipanti di condividere pensieri, preoccupazioni e sfide.

**Collaborazione e contributo:** La riunione incoraggia la collaborazione e il contributo di tutti i partecipanti. Promuove un senso di inclusività, in cui le opinioni e i punti di vista di tutti sono valorizzati. I familiari o gli amici possono fornire idee, suggerimenti e punti di vista alternativi, contribuendo a un processo decisionale più informato.

**Empowerment e autonomia:** L'attività promuove l'empowerment e l'autonomia delle persone con disabilità mentale. Sottolinea che la decisione finale spetta alla persona con disabilità, consentendole di appropriarsi delle proprie scelte. Coinvolgendoli nel processo decisionale, si contribuisce a rafforzare la loro fiducia e la loro capacità di autoaffermazione.

**Sviluppo delle competenze:** La riunione del cerchio di sostegno rafforza diverse competenze, tra cui la comunicazione, l'ascolto attivo, la risoluzione dei problemi e il processo decisionale. I partecipanti imparano a esprimersi in modo efficace, ad ascoltare attivamente gli altri e a impegnarsi in discussioni costruttive. Inoltre, acquisiscono esperienza nel valutare le opzioni, nel considerare le diverse prospettive e nel prendere decisioni informate.

**Sostegno emotivo e connessione:** La riunione del cerchio di sostegno fornisce sostegno emotivo e un senso di connessione. Offre alle persone con disabilità mentale l'opportunità di esprimere le proprie emozioni, condividere le proprie esperienze e ricevere empatia dai propri familiari o amici. Questo sostegno emotivo può avere un impatto positivo sul loro benessere generale.

**Responsabilità e monitoraggio dei progressi:** Registrando le decisioni prese e i risultati, l'attività promuove la responsabilità e il monitoraggio dei progressi. Aiuta le persone con disabilità mentale e la loro rete di sostegno a monitorare i risultati ottenuti, a riflettere sull'efficacia delle decisioni e ad apportare modifiche quando necessario. Questa pratica sostiene la crescita e il miglioramento continui.

## Scheda di lavoro 2: Riunione del cerchio di sostegno

Nome del partecipante: \_\_\_\_\_

Data dell'incontro: \_\_\_\_\_

Istruzioni:

1. Durante la riunione del cerchio di sostegno, discutete delle decisioni o delle sfide che state affrontando.
2. Chiedete consiglio, suggerimenti e sostegno ai vostri familiari o amici.
3. Riflettete sui suggerimenti ricevuti e prendete decisioni in base al vostro giudizio e alle vostre preferenze.
4. Registrate le decisioni prese e i risultati per riferimenti e riflessioni future.
5. Stabilite gli obiettivi per il mese successivo e discutete i passi per raggiungerli.

Discussione della riunione			
Decisione/ Sfida	Input e suggerimenti	Decisioni prese	Risultato

Note:

È importante portare questa scheda di lavoro a ogni riunione del circolo di sostegno e di aggiornarla regolarmente con le decisioni prese e i progressi compiuti.  
È possibile riprodurre la scheda di lavoro quante volte si desidera.

## Attività 3: Sessione di pianificazione e definizione degli obiettivi

## ATTIVITÀ 3

**Obiettivo:** Facilitare il processo decisionale assistito e incoraggiare l'espressione creativa per gli adulti con disabilità mentale e i loro familiari o amici.

**Materiale occorrente:**

- Riviste, giornali o immagini stampate;
- Forbici;
- Colla in stick;
- Fogli di carta grandi o cartelloni;
- Pennarelli o matite colorate (facoltativo).

**Istruzioni:** Riunire i partecipanti, tra cui la persona con disabilità mentale e i familiari o amici scelti, in uno spazio confortevole con accesso a riviste, giornali o immagini stampate.

**Introduzione e spiegazione:** Iniziare spiegando il concetto di processo decisionale assistito e lo scopo dell'attività. Sottolineare che l'obiettivo è creare un collage che rappresenti il processo decisionale e i valori, le preferenze e le aspirazioni della persona con disabilità.

**Temi decisionali:** Discutere diversi temi o aree decisionali rilevanti per la vita della persona. Alcuni esempi possono essere la salute, le attività del tempo libero, gli obiettivi di carriera, le relazioni o lo sviluppo personale. Incoraggiare i partecipanti a scegliere un tema o un'area su cui concentrarsi per il collage.

**Selezione delle immagini:** Fornire riviste, giornali o immagini stampate relative ai temi decisionali scelti. I partecipanti devono cercare e ritagliare le immagini che rappresentano le loro idee, desideri e preferenze nell'ambito del tema scelto. Incoraggiare la creatività e l'esplorazione di diverse possibilità.

**Creazione di collage:** Distribuire a ogni partecipante grandi fogli di carta o cartelloni. Chiedere loro di disporre e incollare le immagini ritagliate sul loro collage, creando una composizione visivamente gradevole che rifletta le loro preferenze e obiettivi decisionali. Facoltativamente, i partecipanti possono anche usare pennarelli o matite colorate e aggiungere disegni o parole scritte per migliorare ulteriormente i loro collage.

**Presentazione e discussione:** Consentire a ciascun partecipante di presentare il proprio collage al gruppo. Incoraggiarli a spiegare le immagini selezionate, le decisioni che rappresentano e le ragioni delle loro scelte. Facilitare una discussione in cui i membri della famiglia o gli amici possano dare un contributo, fare domande ed esprimere le proprie prospettive.

**Riflessione e sostegno:** Dopo le presentazioni, avviare una conversazione riflessiva in cui i partecipanti possano condividere i loro pensieri e sentimenti sul processo decisionale. Incoraggiare i familiari o gli amici a offrire sostegno e a rafforzare l'importanza dell'autonomia e dell'espressione di sé dell'individuo.

Esposizione e celebrazione: Esporre i collage in un luogo ben visibile, come una bacheca o una parete dedicata, per celebrare la creatività e gli sforzi decisionali dei partecipanti. Riconoscere e celebrare i punti di vista e le scelte uniche di ciascun individuo.

**Benefici:** Questa attività incoraggia il processo decisionale collaborativo e l'espressione creativa; consente ai partecipanti di rappresentare visivamente le loro preferenze e i loro obiettivi decisionali; migliora la comunicazione e la comprensione tra i membri della famiglia o gli amici; sostiene l'autonomia e l'espressione di sé degli adulti con disabilità mentale.

## Scheda di lavoro 3: Collage di decisioni

Nome del partecipante: \_\_\_\_\_

**Istruzioni:**

1. Scegliete un tema decisionale o un'area su cui volete concentrarvi per il vostro collage.
2. Ritagliate immagini da riviste, giornali o materiale stampato che rappresentino le vostre idee, i vostri desideri e le vostre preferenze nell'ambito del tema scelto.
3. Disponete e incollate le immagini ritagliate sul foglio di collage fornito, creando una composizione visivamente gradevole che rifletta le vostre preferenze e obiettivi decisionali.
4. Usate pennarelli o matite colorate per aggiungere disegni o parole scritte per migliorare ulteriormente il vostro collage.
5. Dopo aver completato il collage, presentatelo al gruppo e spiegate le immagini selezionate, le decisioni che rappresentano e le ragioni delle vostre scelte.
6. Impegnatevi in una conversazione e in una discussione riflessiva con i membri della famiglia o con gli amici.

Tema/Area del processo decisionale		
<b>IMMAGINE 1</b>	<b>IMMAGINE 2</b>	<b>IMMAGINE 3</b>
IMMAGINE 1 Descrizione:	IMMAGINE 2 Descrizione:	IMMAGINE 3 Descrizione:

### Presentazione del collage

Spiegate le immagini selezionate, le decisioni che rappresentano e le ragioni delle vostre scelte.

---

---

---

---

### Riflessione e discussione

Discutete del processo decisionale e dei collage con i membri della famiglia o gli amici. Condividete pensieri, sentimenti e intuizioni relativi alle decisioni prese.

---

---

---

---

### Note:

È possibile inserire altre immagini e descrizioni su un foglio separato.

Ricordate di celebrare e apprezzare i punti di vista e le scelte uniche di ogni partecipante. Esponetevi i collage completati in un luogo ben visibile per ricordare l'attività.

## Attività 4: Mappatura degli obiettivi di vita

**Obiettivo:** Aiutare le persone a identificare e dare priorità ai propri obiettivi e aspirazioni personali.

**Istruzioni:**

1. Fornire una scheda di lavoro con diverse categorie di obiettivi di vita, come istruzione, occupazione, relazioni, hobby, salute e cura di sé.
2. Chiedere agli individui di riflettere sui loro obiettivi personali e sulle loro aspirazioni all'interno di ogni categoria.
3. Incoraggiarli a scrivere gli obiettivi specifici e i passi che possono compiere per raggiungerli.
4. Assistere le persone nella creazione di una mappa visiva o di un collage che rappresenti i loro obiettivi e le connessioni tra di essi.

## Scheda di lavoro 4: Mappatura degli obiettivi di vita

Nome del partecipante: \_\_\_\_\_

Categoria: \_\_\_\_\_

Obiettivo 1	Passi per raggiungere l'obiettivo1
Obiettivo 2	Passi per raggiungere l'obiettivo 2

### Notes

Create una mappa visiva o un collage che rappresenti i vostri obiettivi e le connessioni tra di essi. Utilizzate lo spazio sottostante o allegare altri fogli se necessario.  
[Lasciare spazio all'individuo per creare la sua mappa visiva o il suo collage].

## Attività 5: Scenari decisionali

## ATTIVITÀ 5

**Obiettivo:** Sviluppare le capacità decisionali attraverso scenari interattivi.

### Istruzioni:

1. Creare una serie di scenari decisionali legati a situazioni quotidiane, come l'acquisto di generi alimentari, la pianificazione di un evento sociale o la scelta di attività ricreative.
2. Presentare ogni scenario agli individui e fornire loro le informazioni pertinenti, compresi i pro e i contro, le alternative e i potenziali risultati.
3. Incoraggiare la discussione e la collaborazione tra i partecipanti per esplorare diverse prospettive e opzioni.
4. Chiedere agli individui di prendere una decisione in base alle informazioni fornite e di spiegare il loro ragionamento.
5. Riflettere sui risultati e discutere dell'impatto delle proprie decisioni su se stessi e sugli altri.

## Scheda di lavoro 5: Scenari decisionali

Nome del partecipante: \_\_\_\_\_

Scenario: \_\_\_\_\_

Considerate le informazioni fornite di seguito e discutete la decisione che prendereste in questo scenario:	
PRO	
CONTRO	
ALTERNATIVE	
POTENZIALI RISULTATI	
LA MIA DECISIONE	
RAGIONAMENTO	

Riflettete sull'esito della vostra decisione. Ha avuto un impatto su di voi o sugli altri? Spiegate di seguito:	
IMPATTO	
RIFLESSIONE	

## Attività 6: Rete di supporto personale nel processo decisionale

**Obiettivo:** Aiutare le persone a identificare e coinvolgere la propria rete di sostegno nei processi decisionali.

**Istruzioni:**

1. Fornire una scheda di lavoro con spazi per elencare le persone della propria rete di sostegno, come familiari, amici, assistenti o professionisti.
2. Incoraggiare gli individui a riflettere sui punti di forza e sulle aree di competenza specifiche di ogni persona della loro rete.
3. Guidarli a identificare le situazioni in cui cercherebbero il sostegno e il contributo di persone specifiche.
4. Discutere strategie di comunicazione efficaci e modi per coinvolgere la propria rete di sostegno nei processi decisionali.
5. Incoraggiare le persone a rivolgersi alla propria rete di sostegno e a coinvolgerla nelle attività decisionali.

**Benefici:** Ricordare di adattare queste attività alle capacità cognitive e alle preferenze delle persone con disabilità mentale con cui si lavora.

## Scheda di lavoro 6: Ruolo della Rete di Sostegno Personale nel processo decisionale

Nome del partecipante: \_\_\_\_\_

Elencate di seguito le persone della vostra rete di sostegno. Includere membri della famiglia, amici, assistenti o professionisti.	
Persona 1	Punti di forza/esperienza 1
Persona 2	Punti di forza/esperienza 2

Pensate a situazioni in cui avete cercato il sostegno e il contributo di persone specifiche. Descrivete di seguito le situazioni e i ruoli delle persone.		
Situazione 1	Persona coinvolta	Ruolo/Sostegno
Situazione 2	Persona coinvolta	Ruolo/Sostegno

Considerate strategie di comunicazione efficaci per coinvolgere la vostra rete di sostegno nel processo decisionale. Descrivete di seguito alcune strategie.

Strategia di comunicazione 1	
Strategia di comunicazione 1	

Passate all'azione! Contattate una o più persone della vostra rete di sostegno e coinvolgetele in un'attività decisionale. Descrivete l'attività e il loro coinvolgimento.

Attività	
Coinvolgimento	

## Attività 7: Analisi costi-benefici per le persone con disabilità

Le persone con disabilità intellettiva dovrebbero considerare costi e benefici quando prendono decisioni. La maggior parte delle decisioni nella vita comporta un costo. Per le persone con disabilità intellettiva può essere difficile comprendere, comunicare e impegnarsi pienamente nei processi decisionali, soprattutto quando la decisione è complessa e ha conseguenze a lungo termine. L'obiettivo principale dell'analisi costi-benefici è quello di offrire una base logica e quantitativa per un processo decisionale saggio. I benefici e i costi potenziali di una decisione proposta vengono valutati con il metodo dell'analisi costi-benefici (ACB). Si tratta di una tecnica economica ben nota, utilizzata per aiutare i responsabili delle decisioni a confrontare diverse possibilità e a determinare se i vantaggi di un determinato corso d'azione superano gli svantaggi. Ci sono diversi fattori speciali da tenere in considerazione quando si esegue un'analisi costi-benefici per il processo decisionale che coinvolge le persone con disabilità intellettiva.

#### Ecco alcuni punti chiave da considerare:

1. **Processo decisionale inclusivo:** Assicurarsi che il processo decisionale sia inclusivo e coinvolga la persona con disabilità intellettiva per quanto possibile. Ciò può richiedere l'utilizzo di un linguaggio accessibile, di sostegni visivi o di altri metodi di comunicazione adatti alle esigenze individuali.
2. **Decisori delegati:** In alcuni casi, le persone con disabilità intellettiva possono aver bisogno dell'assistenza di familiari, assistenti o difensori per prendere decisioni. Questi decisori delegati devono agire nel miglior interesse della persona con disabilità e coinvolgerla il più possibile nel processo.
3. **Concentrarsi sulla qualità della vita:** L'analisi costi-benefici non deve concentrarsi solo sui fattori finanziari, ma considerare anche l'impatto sulla qualità di vita complessiva della persona. Ciò può includere fattori come l'integrazione sociale, il benessere emotivo e la realizzazione personale.
4. **Prospettiva a lungo termine:** Le persone con disabilità intellettiva possono avere bisogno di sostegno e di sistemazioni per tutta la vita. L'analisi costi-benefici deve considerare le implicazioni a lungo termine della decisione, compresi i costi correnti e i potenziali benefici.
5. **Considerazioni etiche:** I decisori devono fare considerazioni etiche e garantire che l'autonomia, la dignità e i diritti della persona siano rispettati durante tutto il processo.
6. **Servizi di sostegno:** Nel valutare costi e benefici, considerare la disponibilità e l'efficacia dei servizi e degli interventi di sostegno che possono migliorare l'indipendenza e la qualità della vita della persona.
7. **Concentrarsi sui punti di forza:** Riconoscere e sfruttare i punti di forza e le capacità dell'individuo quando si valutano i benefici e i risultati potenziali.
8. **Sensibilità alle preferenze:** Comprendere e rispettare le preferenze e i desideri della persona, anche se possono differire da ciò che gli altri potrebbero considerare "ottimale".
9. **Considerare le esternalità:** Riconoscere che l'impatto della decisione si estende oltre la persona con disabilità intellettiva, alla sua famiglia, a chi la assiste e alla comunità in generale. Considerare le esternalità (effetti positivi o negativi su altri) nell'analisi.
10. **Rivalutazione periodica:** Per le decisioni che hanno implicazioni a lungo termine, la rivalutazione periodica è fondamentale per garantire che il corso d'azione scelto rimanga appropriato e vantaggioso nel tempo.

È importante coinvolgere nel processo decisionale le parti interessate, come i familiari, gli assistenti, i fornitori di servizi per la disabilità e i difensori. Inoltre, professionisti esperti in disabilità intellettive e campi correlati possono offrire spunti e indicazioni preziose durante l'analisi costi-benefici. L'obiettivo dovrebbe essere quello di prendere decisioni che promuovano il benessere e massimizzino il potenziale delle persone con disabilità intellettiva, nel rispetto dei loro diritti e delle loro preferenze.

## Attività 8: Processo decisionale, strumento per prendere decisioni difficili

**Obiettivo:** Questo strumento aiuta a chiarire la decisione da prendere, a discutere con il soggetto e con le persone importanti della sua vita e a stabilire decisioni e obiettivi che possano essere facilmente compresi dal soggetto e da chi lo assiste. Non bisogna dare consigli basati esclusivamente sulle proprie idee, perché non si adatteranno alla vita dell'altra persona. Offrire invece delle opzioni e chiarire le loro aspettative.

### Istruzioni:

#### 1. La decisione:

Il più delle volte la decisione da prendere non è chiara. Molte volte le persone con disabilità hanno già cercato di trovare delle soluzioni. Verificate quale soluzione hanno già applicato.

Chiarire la decisione.

Qual è il problema che devono affrontare?

Chi vogliono che sia coinvolto nel processo decisionale?

Sentono di avere un sostegno sufficiente per prendere la decisione?

#### 2. Raccogliere informazioni:

Stabilire innanzitutto se le informazioni sono sufficienti per prendere una decisione.

Se necessario, raccogliere ulteriori informazioni.

Rivolgersi a tutte le persone che devono essere coinvolte.

Stabilire una data per prendere la decisione.

Considerare le conseguenze di prendere/non prendere la decisione.

Hanno avuto una buona o cattiva esperienza in passato con questo tipo di decisioni?

Hanno a disposizione un sostegno spirituale o culturale per prendere la decisione?

Avranno qualche tipo di sostegno dopo aver preso la decisione?

#### 3. Vantaggi e rischi per la persona con disabilità intellettiva:

Considerare i valori che la persona ha, fare un elenco. Chiarire cosa vogliono dalla vita e cosa significa per loro qualità della vita.

Considerare quali sono i vantaggi a lungo termine, quali sono i rischi, quali le paure a lungo termine.

Esistono sistemi di supporto o persone che potrebbero essere coinvolte dopo l'attuazione della decisione?

Qual è la cosa più importante per il futuro della persona con disabilità intellettiva?

#### 4. Opzioni disponibili:

Considerare più di un'opzione, fare un brainstorming con le persone coinvolte.

In che modo la decisione cambierà le cose in futuro?

Quale sarà l'impatto della decisione? Quali saranno le conseguenze per la persona con disabilità intellettiva e per le altre persone coinvolte? (es. coinquilini, assistenti, familiari, ecc.)

Quanto è difficile seguire l'opzione proposta una volta presa la decisione?

Il risultato può creare una situazione peggiore? Per quanto tempo? Qual è il sostegno in atto nel caso in cui il risultato non sia quello atteso?

## ATTIVITÀ 8

### 5. Benefici e rischi per ogni opzione:

Quali sono i benefici?

Quali sono i rischi?

Quanto contano?

C'è bisogno di ulteriori informazioni?

C'è bisogno di servizi e sostegni separati che dovrebbero essere coinvolti nel processo decisionale?

### 6. Prendere la decisione:

Una volta presa la decisione, questa deve essere discussa con tutte le persone importanti nella vita della persona con disabilità intellettiva.

## Scheda di lavoro 8: Strumento decisionale per prendere decisioni difficili

Chiarire la decisione	
Raccogliere informazioni	
Benefici e rischi per la persona con disabilità intellettiva	
Opzioni disponibili	
Benefici e rischi di ogni opzione	
Prendere la decisione	

## Attività 9: Scegliere un percorso di istruzione post-secondaria

## 1. Compilare l'elenco di opzioni sottostante

In base alla valutazione delle competenze effettuata, è possibile:

- Chiedere alla persona di cercare le opzioni da sola (su internet, chiedendo alle persone, cercando volantini informativi, ecc;)
- Fornire l'elenco delle opzioni;
- Sostenerla nella ricerca di opzioni.

Non aggiungere opzioni all'elenco, ma controllare le prime cinque e poi ripetere la procedura.

Elenco delle opzioni			
n.	Corsi professionali	Apprendistato	Programmi di formazione
1			
2			
3			
4			
5			

## 2. Lista di controllo delle azioni

Compilare la lista e spuntate le azioni quando vengono fatte.

CASELLA DI SPUNTA	AZIONE
	Cercare informazioni online o opuscoli e memorizzarli nella cartella FILE del PC o in una cartella.
	Fissare un appuntamento con i professionisti o con i familiari o gli amici che aiuteranno a controllare il materiale raccolto. Questo incontro durerà almeno 1,5 ore. DATA FISSATA: _____
	Fissare un altro appuntamento con i professionisti o con la famiglia o gli amici (gli stessi o altri) per avere ulteriori suggerimenti o opinioni.

## ATTIVITÀ 9

### 3. Elenco dei pro e dei contro

- riempire la griglia sottostante e discuterne;
- contare i "mi piace" e i "non mi piace" per vedere l'opzione con più pro o contro.

Nome o numero dell'opzione	Mi piace	Non mi piace	Cosa devo fare per farlo

### 4. Percorso decisionale finale

#### Scenario 1: Scelta di un percorso di istruzione post-secondaria

Giovanni è un diciottenne con una lieve disabilità intellettiva. Sta per completare la scuola superiore e si trova di fronte alla decisione di scegliere un percorso di istruzione post-secondaria. Il suo obiettivo è acquisire le competenze necessarie per entrare nel mondo del lavoro e raggiungere l'indipendenza finanziaria.

Per aiutare Giovanni a sviluppare le sue capacità decisionali, si possono seguire i seguenti passi:

#### 1. Identificare le opzioni:

- Raccogliere informazioni sulle diverse opzioni di istruzione post-secondaria disponibili, come corsi professionali, apprendistato o programmi di formazione specifici.
- Presentare a Giovanni un elenco limitato di opzioni in linea con le sue capacità e i suoi interessi.

#### 2. Esplorare le opzioni:

- Fornire a Giovanni materiale informativo, come opuscoli, siti web o video, che descrivano i diversi percorsi formativi.
- Incoraggiarlo a esplorare le diverse opzioni e a comprendere le competenze richieste, le opportunità di carriera e le prospettive di lavoro associate a ciascun percorso.

### 3. Valutazione delle preferenze e degli interessi:

- Aiutare Giovanni a riflettere sui suoi interessi, sulle sue passioni e sulle sue capacità. Discutere dei suoi punti di forza e di ciò che immagina per il suo futuro.
- Fornire opportunità di autovalutazione, come questionari o attività di auto-riflessione, per aiutarlo a comprendere meglio le sue preferenze e i suoi obiettivi di carriera.

### 4. Analizzare le capacità e il sostegno necessario:

- Valutare le attuali capacità di Giovanni, considerando sia le abilità cognitive che quelle pratiche.
- Identificare tutti i sostegni necessari per consentire una partecipazione efficace a ciascun percorso educativo, come ad esempio sostegni per la comunicazione, adattamenti ambientali o tutoraggio personalizzato.

### 5. Discussione e confronto:

- Organizzare incontri di discussione con Giovanni, coinvolgendo i suoi familiari o gli educatori, se opportuno.
- Assisterlo nel soppesare i pro e i contro di ogni percorso, confrontando le informazioni raccolte e valutando come ogni opzione si allinei alle sue preferenze e ai suoi obiettivi di carriera.

### 6. Decisione e pianificazione:

- Dopo aver esplorato le opzioni e valutato le informazioni, incoraggiare Giovanni a prendere una decisione.
- Sostenerlo nella creazione di un piano d'azione dettagliato che includa i passi necessari per accedere al percorso formativo scelto, come l'iscrizione, la ricerca finanziaria o la pianificazione dei trasporti.

### 7. Monitoraggio e adeguamenti:

- Una volta che Giovanni ha iniziato il suo percorso educativo, mantenere un dialogo regolare per monitorare i suoi progressi e le sue esperienze.
- Rivedere periodicamente la sua decisione, valutando se il percorso educativo scelto soddisfa le sue aspettative e se sono necessari adeguamenti o sostegni aggiuntivi.

Grazie a un sostegno strutturato e personalizzato, Giovanni sarà in grado di sviluppare le sue capacità decisionali e di scegliere un percorso educativo in linea con le sue preferenze e i suoi obiettivi personali.

**CONSIGLIO:** ricordare che scegliere un percorso scolastico post-secondario potrebbe essere rischioso dal punto di vista dell'autostima: ad esempio, se si deve avere successo in un processo di selezione, se si fallisce, si ha bisogno di un sostegno molto attento. È molto importante coinvolgere la famiglia nel processo decisionale per renderla consapevole anche del suo eventuale ruolo di sostegno in questi casi.

## Attività 10: Scegliere una nuova residenza

Su una cartella cartacea o sul desktop del PC, utilizzate (o stampate) la seguente griglia e riempiatela passo dopo passo.

### 1) Griglia di ricerca della casa

Budget disponibile: \_\_\_\_\_

A) Quante stanze? Quale dimensione?

B) Localizzazione: utilizzare google maps per controllare e fare uno screenshot per prendere nota, aggiungerlo qui.

C) Con chi pensate di affittare/acquistare?

Dare un nome alle case che volete visitare; sarà più facile ricordarle! Copiare e incollare la griglia per quante case avete! In questo modo avrete una rapida panoramica della vostra ricerca!

1 NOME DELLA CASA	2 NOME DELLA CASA	3 NOME DELLA CASA	4 NOME DELLA CASA
A	A	A	A
B	B	B	B
C	C	C	C
TEL: _____	TEL: _____	TEL: _____	TEL: _____
MAIL: _____	MAIL: _____	MAIL: _____	MAIL: _____
DATA DELLA VISITA: _____	DATA DELLA VISITA: _____	DATA DELLA VISITA: _____	DATA DELLA VISITA: _____
Post visita: opinioni	Post visita: opinioni	Post visita: opinioni	Post visita: opinioni

## ATTIVITÀ 10

### 2) Elenco delle cose da fare

CASELLA DI SPUNTA	AZIONE
	Fissare un appuntamento con i professionisti o con la famiglia o con gli amici Questo incontro durerà almeno 1,5 ore. per presentare loro le caratteristiche delle case scelte e ottenere feedback . DATA FISSATA: _____
	Organizzare una visita. Quante visite potreste fare in una settimana? Con chi?
	Fissare un altro appuntamento con i professionisti o i familiari o gli amici (gli stessi o altri) per avere ulteriori suggerimenti o pareri condividendo le impressioni e le opinioni dopo le visite.
	Scegliere 3 opzioni finali
	Controllare il budget
	Chiedere i documenti formali necessari e prendete nota
	DECIDERE!
	Pianificare le fasi successive (compilare i documenti, pagare il primo affitto/la prima rata, organizzare il trasferimento, ecc.)

### Scenario 2: Scelta di una nuova residenza

Maria è una donna di 25 anni con disabilità intellettiva moderata. Attualmente vive con la sua famiglia, ma desidera una maggiore indipendenza e autonomia. Maria ha espresso il desiderio di trovare una nuova residenza più adatta alle sue esigenze. Per sostenere Maria nello sviluppo delle sue capacità decisionali, si possono seguire i seguenti passi:

#### 1. Identificazione delle preferenze:

- Conversare con Maria per capire le sue preferenze riguardo alla nuova residenza. Discutere di fattori quali la posizione, le dimensioni, l'accessibilità, la vicinanza ai servizi e le attività che le interessano. Verificare anche con chi Maria vorrebbe vivere. Da sola o in un appartamento condiviso?

## 2. Ricerca di opzioni:

- Assistere Maria nella ricerca e nella raccolta di informazioni sulle diverse opzioni abitative disponibili nella zona desiderata. Queste possono includere case per disabili, comunità di vita assistita o appartamenti con servizi di sostegno.

## 3. Valutazione delle caratteristiche:

- Incoraggiare Maria a valutare le caratteristiche di ciascuna opzione, come la disponibilità di servizi di sostegno, la presenza di attività sociali e ricreative, la flessibilità nell'adattamento dell'ambiente, ecc.
- Fornire a Maria strumenti visivi come elenchi di pro e contro o tabelle comparative per aiutarla a confrontare le opzioni e a prendere decisioni informate.

## 4. Visite e incontri:

- Organizzare visite guidate alle residenze selezionate, in modo che Maria possa vedere l'ambiente in prima persona e incontrare gli altri residenti.
- Incoraggiare Maria a fare domande, a interagire con i residenti e a farsi un'idea più chiara delle dinamiche e delle opportunità offerte da ogni residenza.

## 5. Coinvolgimento della rete di sostegno:

- Coinvolgere la famiglia, gli amici o gli assistenti di Maria nel processo decisionale, se opportuno. Considerare le loro opinioni e il loro sostegno durante le visite e le riunioni.

## 6. Valutare le opzioni:

- Dopo aver visitato le diverse residenze, incoraggiare Maria a riflettere sulle sue esperienze, sensazioni e impressioni. Aiutarla a valutare quale opzione risponde meglio alle sue esigenze, ai suoi desideri e ai suoi obiettivi di indipendenza.

## 7. Decisione e pianificazione:

- Sostenere Maria nel prendere una decisione sulla residenza scelta. Assisterla nella comprensione dei passi successivi, come la firma dei contratti, la pianificazione del trasferimento, l'organizzazione dei sostegni necessari, ecc.

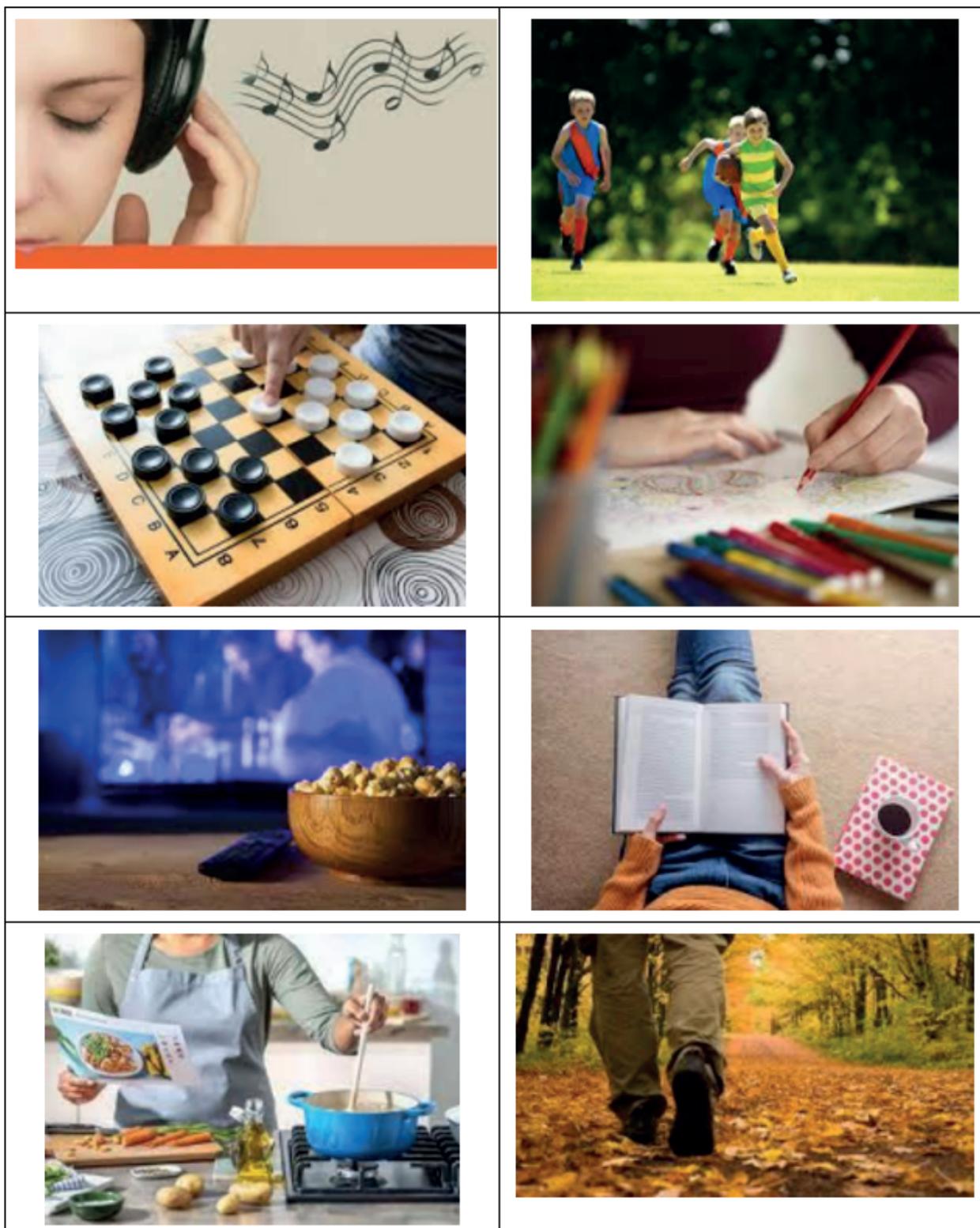
## 8. Monitoraggio e assistenza continua:

- Una volta che Maria si è trasferita nella nuova residenza, continuare a fornire sostegno e a monitorare la sua esperienza. Creare uno spazio per discutere le sfide e le opportunità di crescita che si presentano nel nuovo ambiente.

Grazie all'implementazione di queste attività e all'offerta di un sostegno adeguato, Maria sarà in grado di sviluppare le sue capacità decisionali e di fare una scelta residenziale che promuova la sua indipendenza e il suo benessere.

## Attività 11: Scegliere attività del tempo libero

1) PREPARAZIONE DI UNO STORYBOARD VISIVO (si può usare quello qui sotto se la persona ha questi interessi)



## ATTIVITÀ 11

### 2) Elenco delle cose da fare

CASELLA DI SPUNTA	AZIONE
	Mostrare le opzioni una per una e guardate l'espressione della persona o chiedete di rispondere o decidete un gesto per dire se vi piace o non vi piace.
	Osservate le sue reazioni ed espressioni quando viene presentata ogni opzione.
	Fornirgli molteplici opportunità di esprimere la propria scelta. Questo può avvenire indicando o toccando l'immagine corrispondente sul tabellone delle scelte visive, utilizzando un dispositivo di comunicazione o qualsiasi altro mezzo di comunicazione appropriato con cui la persona si trovi a suo agio.
	Quando la persona sceglie, premiatela con commenti positivi.
	Fate l'attività scelta!
	Riflettere sull'attività scelta e appena svolta
	Introdurre nuove opzioni di volta in volta

### Scenario 3: Scelta delle attività del tempo libero

Marco è un giovane di 20 anni con gravi disabilità intellettive. Gli piace partecipare alle attività del tempo libero, ma spesso fatica a fare delle scelte in modo indipendente. Per sostenere Marco nello sviluppo delle sue capacità decisionali, si possono attuare i seguenti passi:

#### 1. Creazione di un pannello di scelta visivo:

- Sviluppare un pannello di scelta visiva con immagini o simboli che rappresentino le varie attività del tempo libero che Marco può svolgere. Questa lavagna servirà come aiuto visivo per aiutare Marco a fare delle scelte.

#### 2. Presentazione delle opzioni

- Presentare a Marco una selezione di attività per il tempo libero, come fare una passeggiata, giocare a giochi da tavolo, ascoltare musica o dedicarsi ad attività artistiche e artigianali. Utilizzare il pannello di scelta visiva per visualizzare chiaramente queste opzioni.

#### 3. Esplorare le preferenze:

- Osservare le reazioni e le espressioni di Marco quando viene presentata ogni opzione. Prestate attenzione al suo linguaggio del corpo, alle espressioni facciali e alle vocalizzazioni per valutare il suo livello di interesse o di preferenza per le diverse attività.

#### 4. Incoraggiare l'espressione della scelta:

- Fornire a Marco molteplici opportunità di esprimere la sua scelta. Questo può avvenire indicando o toccando l'immagine corrispondente sul tabellone delle scelte visive, utilizzando un dispositivo di comunicazione o qualsiasi altro mezzo di comunicazione adeguato con cui Marco si trovi a suo agio.

#### 5. Rafforzare il processo decisionale:

- Lodare e rafforzare gli sforzi decisionali di Marco, indipendentemente dall'attività specifica che sceglie. Il rinforzo positivo lo incoraggerà a impegnarsi nel processo decisionale con maggiore sicurezza.

#### 6. Implementazione dell'attività scelta:

- Una volta che Marco ha fatto la sua scelta, agevolare la realizzazione dell'attività ludica selezionata. Fornire il materiale o il sostegno necessario per garantire che Marco possa partecipare pienamente e divertirsi con l'attività scelta.

#### 7. Riflettere sull'esperienza:

- Dopo aver svolto l'attività scelta, prendere del tempo per riflettere e discutere dell'esperienza di Marco. Utilizzare domande semplici e concrete per incoraggiare Marco a esprimere i suoi sentimenti, il suo divertimento o le eventuali difficoltà incontrate durante l'attività.

#### 8. Incoraggiare la variazione e l'espansione:

- Introdurre gradualmente nuove attività ricreative per ampliare le scelte di Marco ed esporlo a esperienze diverse. Nel corso del tempo, inserire più opzioni nel pannello di scelta visiva per consentire una maggiore esplorazione e varietà. Seguendo questi passaggi e fornendo il sostegno necessario, Marco avrà l'opportunità di sviluppare le sue capacità decisionali e di acquisire fiducia nelle scelte relative alle attività del tempo libero. Questo processo consente a Marco di partecipare attivamente alle attività che gli procurano gioia e soddisfazione.

## Attività 12: Riflessioni sul processo decisionale

## Scheda di lavoro 12: Riflessione sul processo decisionale

1. Pensate a una decisione recente che avete preso. Può trattarsi di una semplice scelta o di una decisione più significativa. Descrivete la decisione qui di seguito:

2. Riflettere sul processo decisionale rispondendo alle seguenti domande:

a. Quali sono le opzioni o le scelte che avete preso in considerazione prima di prendere la decisione?

Opzione 1: \_\_\_\_\_

Opzione 2: \_\_\_\_\_

Opzione 3: \_\_\_\_\_

b. Quali informazioni avete raccolto o considerato prima di prendere la decisione?

Fonte di informazione 1: \_\_\_\_\_

Fonte di informazione 2: \_\_\_\_\_

Fonte di informazione 3: \_\_\_\_\_

c. Come avete soppesato i pro e i contro o valutato i potenziali risultati di ciascuna opzione?

Valutazione dei pro e dei contro: \_\_\_\_\_

Valutazione dei potenziali risultati: \_\_\_\_\_

d. Quali fattori o considerazioni hanno influenzato la vostra decisione?

Fattori/considerazioni: \_\_\_\_\_

e. Avete chiesto consiglio o suggerimenti ad altri? Se sì, chi avete consultato e cosa vi hanno detto?

Consulenza: \_\_\_\_\_

f. Quali sono state le emozioni o i sentimenti provati durante il processo decisionale?

Emozioni / sentimenti: \_\_\_\_\_

g. Descrivete la decisione finale che avete preso e spiegate il vostro ragionamento:

Decisione finale: \_\_\_\_\_

Ragionamento: \_\_\_\_\_

3. Riflettete sul risultato della vostra decisione. Ha soddisfatto le vostre aspettative? In caso contrario, cosa fareste di diverso la prossima volta?

Riflessione sui risultati: \_\_\_\_\_

Lezioni apprese: \_\_\_\_\_



[www.projectcalmd.com](http://www.projectcalmd.com)



virtualcampus



duepunti ●●



Cofinanziato  
dall'Unione europea

Il sostegno della Commissione Europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente le opinioni degli autori, e l'Agenzia Nazionale e la Commissione non possono essere ritenute responsabili per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.