

VADEMECUM PER IL PERSONALE

LAVORARE CON UNA RISORSA CON
SPETTRO AUTISTICO
SINDROME DI ASPERGER

INIZIAMO CON IL PIEDE GIUSTO

Lavorare con una persona disabile significa avere l'opportunità di sperimentare una **REALTA' INCLUSIVA**.

La risorsa disabile è un lavoratore che contribuisce alla crescita dell'azienda.

Ognuno di noi necessita di un clima sereno e adeguato per poter sviluppare il suo potenziale ed è per questo che possiamo contribuire a costruirlo seguendo semplici indicazioni

CHE COS'E' L'AUTISMO?

L'autismo è un modo diverso di percepire e interagire con il mondo, caratterizzato da differenze neurologiche che influenzano lo sviluppo sociale e comunicativo. Contrariamente a molte rappresentazioni stereotipate, è importante comprenderlo come una variante naturale della diversità umana piuttosto che come una condizione da temere. I disturbi si manifestano con una tipologia e un grado di gravità molto variabile, per questo sono considerati un insieme e vengono chiamati “spettro”.

METTIAMOCI NEI PANNI DELL'ALTRO, COME VIVE LA REALTA'?

È come esplorare un mondo sconosciuto senza una
mappa!

Come visitare un paese lontano senza conoscere
minimamente gli usi e le tradizioni.

...cosa possiamo fare?...

LA COMUNICAZIONE

PARLARE IN MODO SEMPLICE

- utilizza un ritmo lento, ma senza esagerare.
- esprimi sempre in modo esplicito e diretto quello che vuoi dire. Evitando un linguaggio ambiguo.

Esempio

“mi aiuti?” diventa “ho bisogno che tu faccia questo compito”

- evitiamo di utilizzare un linguaggio IMPERATIVO (che ha lo scopo di dirigere, e fare richieste in modo brusco).

Esempio

“Riordina il tuo spazio!” diventa “potrebbe essere il momento adatto per riordinare”

- è meglio usare parole che invitano la persona a fare qualcosa o portano alla sua attenzione un bisogno.

Esempio

“cos'hai che non va?” diventa: “mi sembri preoccupato/ triste”

- utilizziamo un linguaggio che condivide esperienze e conoscenze, che descrive eventi e condivide pensieri ed emozioni.

Esempio

“Si fa in questo modo” diventa: “Io mi sono trovato bene a fare così. Se ti va puoi provare anche tu”

“Devi spedire subito quella mail “ diventa “Considera la possibilità di spedire a breve quella mail. Potrebbe convenirti”

L' IRONIA NON E' CAPITA

- evita battute e scherzi. L'umorismo è difficile da comprendere, è meglio non utilizzare metafore, doppi sensi, battute, ecc.
- è sempre meglio spiegare in modo accurato uno scherzo non capito

Cosa fare se...c'è una comunicazione faticosa?

Cosa fare? ...RICORDA...

- se non risponde potrebbe non aver capito o non essere riuscito a trovare il modo o il momento giusto per inserirsi nella conversazione. Aspettiamo con pazienza la risposta alla nostra domanda, perché **potrebbe servirgli più tempo per elaborarla.**
- Maggiore è l'interesse della persona verso la socializzazione e il desiderio di inserirsi in ambito sociale, maggiore diventerà l'ansia sociale.

- spesso le persone autistiche non sentono il bisogno di iniziare una conversazione
- le “small talks” (*conversazioni informali e leggere che solitamente trattano argomenti non troppo complessi o seri*) appaiono difficili da gestire. Queste conversazioni sono spesso utilizzate per rompere il ghiaccio, stabilire una connessione sociale o riempire momenti di silenzio in modo piacevole

Gli argomenti delle small talk possono includere diversi argomenti: *il tempo, gli eventi recenti, i piani per il fine settimana, gli interessi comuni o altri argomenti leggeri e accessibili.*

- Possono esserci delle difficoltà a gestire conversazioni di gruppo e rispettare i turni di conversazione (*difficoltà nell'individuare quando inserirsi nella conversazione*)

CONTATTO FISICO

NIENTE CONTATTO FISICO

- prima di toccare qualcuno chiediamo sempre il permesso e rispettiamo un possibile rifiuto. Non a tutti piace il contatto fisico, in particolare modo alla persona con spettro autistico.

ESEMPIO:

“porgere la mano e stringerla senza pensarci” diventa *“posso stringerti la mano?(aspettando una risposta affermativa prima di agire)”*

CAMBIARE PUNTO DI VISTA

Alcuni comportamenti che ci sembrano “strani” sono in realtà un meccanismo di difesa da una situazione di disagio che genera ansia. Non diamo nulla per scontato

NON GUARDA NEGLI OCCHI QUANDO PARLO

Cosa fare?

...RICORDA...

non è una mancanza di rispetto.

Continua senza problemi nel discorso e assicurati che alla fine della comunicazione abbia compreso cosa vuoi dire

ESEMPIO:

“guardami!” diventa: “mi stai ascoltando?”

SOTTOLINEA GLI ATTEGGIAMENTI POSITIVI E CORREGGI QUELLI NEGATIVI

- E' importante dare feedback continui sia positivi che negativi
- dopo un feedback negativo è molto importante dare rassicurazioni, perché spesso la risorsa ha un'enorme paura di sbagliare e un timore del giudizio.
- E' convinta che “perdere” o “fallire” significhi “non valere”
- Incoraggiamo e cerchiamo di sdrammatizzare i fallimenti, dando valore agli sforzi

INQUADRAMENTO DEI COMPITI:

per ridurre il margine di errore è quindi utile
inquadrare i compiti:

- se il compito è complesso **scomporlo** in componenti più gestibili
- **spiegare** lo scopo di ogni compito, **dettare tempi e modalità per raggiungerlo.**
- comunicare la qualità attesa
- controllare che le istruzioni siano comprese

STRUMENTI

IL LAVORATORE CON SPETTRO AUTISTICO TRAE BENEFICIO DA UN GIUSTO SUPPORTO:

SUPPORTI VISIVI

i supporti visivi come icone, segnaletica, immagini o fotografie sono utili alla comprensione e codifica della realtà

ESEMPI:

- *linee colorate sul pavimento che identificano e delimitano aree di attività specifiche in ambienti di lavoro complessi;*
- *icone e disegni da posizionare su antine di armadi e cassette per definire il contenuto;*
- *fotografie con brevi spiegazioni per spiegare nel dettaglio come svolgere un compito*

- *Utilizzo dell'agenda visiva giornaliera: permette di creare una routine di lavoro prevedibile, utile per incrementare il senso di sicurezza delle persone con disturbo dello spettro autistico. Inoltre, consente di anticipare le situazioni, le attività, i cambiamenti e le transizioni da un contesto all'altro.*

STANZA RIFUGIO

è una stanza dedicata alla “decompressione”.

E' priva di stimoli, rilassante e accogliente. Serve per poter abbassare i livelli di ansia prima che diventino eccessivi e diano sfogo ad una reazione difficile da controllare

DISPOSITIVI CALMANTI

Nello spettro autistico la percezione dei 5 sensi risulta essere ipersensibile.

Ad esempio un rumore, una luce, un odore o una sensazione di calore possono essere percepiti in modo amplificato.

È utile l'utilizzo di cuffie per le orecchie, occhiali da sole o strumenti elettronici di distrazione, per ridurre gli stimoli esterni che possono risultare eccessivi e generare ansia

ESEMPIO:

- *rumori forti di sirene, luci a intermittenza, ambiente caotico, ecc*

IL MENTOR

è un collega che si offre da “traduttore” per spiegare e tradurre le situazioni sociali difficili da comprendere

ESEMPIO:

- *battute, ironia, concetti impliciti, emozioni non decodificate come un pianto, ecc*

Sono anche graditi i collaboratori che si offrono di aiutare la risorsa a gestire gli stimoli esterni improvvisi

ESEMPIO:

- *rumore della campanella antincendio*
- *tuoni di un temporale improvviso*

OGNI PUNTO DI FORZA OFFRE UN CONTRIBUTO CONCRETO

PUNTI DI FORZA	COME VALORIZZARLI
<u>ABILITA' VISUO-SPAZIALI</u>	propongo mansioni che richiedono attenzione per i dettagli che sfuggono alla maggior parte delle persone
<u>ISOLE DI ABILITA'</u> <i>(competenze eccezionali limitate a un campo specifico)</i>	propongo mansioni in linea con le isole di abilità (ES. l' isola di abilità è: l'informatica. Propongo una mansione che prevede l'uso del computer)
<u>IPERFOCUS AUTISTICO</u> <i>(grande concentrazione su una singola attività)</i>	propongo una mansione alla volta. Propongo mansioni monotematiche, ripetitive che potrebbe sembrare noiose
<u>ORIGINALITA'</u> <u>NEL PROBLEMSOLVING</u>	propongo mansioni che necessitano dell'utilizzo di soluzioni creative e inusuali

PER OGNI PUNTO DEBOLE C'E'
LA GIUSTA STRATEGIA

PUNTI DEBOLI	COME GESTIRLI
<p style="text-align: center;"><u>DIFFICOLTA' A GESTIRE</u> <u>L'IMPREVEDIBILITA'</u></p>	<p>creo delle routine, spiego in anticipo le novità e propongo mansioni ripetitive e prevedibili</p>
<p style="text-align: center;"><u>SCARSE ABILITA' SOCIALI</u> (difficoltà ad interpretare)</p>	<p>propongo mansioni che non prevedono grosse relazioni sociali</p> <p>ES.</p> <ul style="list-style-type: none"> • comunicazione tramite e mail • limito il lavoro di gruppo(max 2 persone)
<p style="text-align: center;"><u>IPERSENSIBILITA' SENSORIALE</u></p>	<p>evito mansioni che prevedono luoghi caotici, rumori eccessivamente forti, luci intermittenti e molti stimoli</p>
<p style="text-align: center;"><u>ANSIA DELLA SCELTA</u></p>	<p>propongo mansioni già definite che non lasciano margine di scelta</p>

ALLA BASE DEL SUCCESSO DI OGNI INSERIMENTO LAVORATIVO C'E'

L'ORGANIZZAZIONE:

COERENZA

(LE MANSIONI DEVONO ESSERE COERENTI
ALLE ABILITA')

PREVEDIBILITA'

(ROUTINE PIANIFICAZIONE, POCHI E
CHIARI OBIETTIVI PER VOLTA)

ORDINE

(LAVORARE CON METODO E CHIAREZZA)

*DA QUESTO DIPENDONO I LIVELLI DI
PRODUTTIVITA' ESPRIMIBILI*