

DISABILITÀ INTELLETTIVA E AUTONOMIA NELLA VITA QUOTIDIANA:

Come la tecnologia può supportare il raggiungimento di una vita indipendente



A cura di:

Dott.ssa Onano Rebecca

Dott.ssa Sardo Francesca



Disabilità: Da un Modello Medico ad una Prospettiva Bio-Psico-Sociale

Un viaggio attraverso l'evoluzione della comprensione della disabilità, dall'approccio medico-individuale al modello bio-psico-sociale dell'ICF.

Il Modello Medico-Individuale

Per un lungo periodo storico, la disabilità è stata interpretata prevalentemente attraverso un modello medico-individuale. In questa prospettiva, essa veniva concepita come una conseguenza diretta e lineare di una menomazione organica o di un deficit interno alla persona.

La disabilità coincideva sostanzialmente con la patologia e le sue manifestazioni funzionali. L'intervento clinico era orientato prioritariamente alla cura, alla riabilitazione o alla compensazione del danno. Il soggetto veniva osservato come portatore di una carenza, e la spiegazione della limitazione era ricondotta quasi esclusivamente a fattori biologici o cognitivi interni.





Limiti del Modello Tradizionale

Visione Riduttiva

Relazione causale semplice e lineare tra menomazione, limitazione funzionale e disabilità

Fattori Trascurati

Ruolo delle condizioni ambientali, aspettative sociali e opportunità di partecipazione sistematicamente ignorato

Focus Individuale

Concentrazione esclusiva sui fattori biologici o cognitivi interni alla persona

L'Emergere del Modello Bio-Psico-Sociale

Svolta Concettuale

A partire dagli ultimi decenni del Novecento, il paradigma medico è stato progressivamente messo in discussione dall'emergere di modelli teorici alternativi.

Questa evoluzione è culminata nella formulazione del modello bio-psico-sociale, formalizzato nella Classificazione Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute (ICF) dell'Organizzazione Mondiale della Sanità.

La disabilità non è più intesa come una proprietà intrinseca dell'individuo, ma come l'esito di una relazione dinamica e reciproca tra condizioni di salute, fattori personali e fattori ambientali.

Funzioni e Strutture Corporee
Aspetti fisiologici e anatomici del
funzionamento

Fattori Contestuali
Elementi ambientali e personali
che influenzano il funzionamento



Attività
Esecuzione di compiti e azioni da
parte dell'individuo

Partecipazione Sociale
Coinvolgimento nelle situazioni di
vita reale

Le restrizioni emergono in modo differenziale in funzione del contesto di vita. La medesima condizione clinica può produrre livelli molto diversi di disabilità, a seconda della presenza o assenza di facilitatori ambientali, del grado di supporto sociale e delle opportunità di autodeterminazione disponibili.

Dall'ICIDH all'ICF: Un'Evoluzione Necessaria



L'ICF è uno strumento sviluppato dall'OMS nel 2001, come aggiornamento e ampliamento della precedente ICIDH (1980). L'ICIDH si concentrava su menomazioni, disabilità e handicap in una prospettiva ancora prevalentemente medica. L'ICF accoglie invece un orientamento bio-psico-sociale, riconoscendo che il funzionamento è una complessa relazione tra condizione di salute e fattori contestuali.

Gli Effetti dell'ICF sulla Pratica



Visione Globale

Dare una visione completa della persona, oltre la diagnosi medica



Sviluppo di Abilità

Puntare sullo sviluppo e potenziamento delle capacità individuali



Contesto Favorente

Considerare l'efficacia di un ambiente che facilita la partecipazione



Orientamento all'Autonomia

Promuovere l'autodeterminazione e l'indipendenza personale

Alcune definizioni:

Deficit

Carenza, insufficienza; condizione patologica di carenza funzionale o costituzionale

Disabilità

Limitazione o perdita della capacità di svolgere un'attività nel modo o nell'ampiezza considerati normali per un essere umano

Handicap

Svantaggio sociale derivato da un deficit o una disabilità che limita o impedisce la realizzazione di un ruolo normale

Disabilità Intellettiva: Criteri Diagnostici

La disabilità intellettiva è una condizione caratterizzata da limitazioni significative nel funzionamento intellettivo e nel comportamento adattivo, con esordio nel periodo evolutivo (DSM-5).

01

Deficit Intellettivo

Limitazioni nel ragionamento, problem solving, pianificazione, pensiero astratto, capacità di giudizio e apprendimento

02

Deficit nel Funzionamento Adattivo

Mancato raggiungimento degli standard di sviluppo e socioculturali di autonomia e responsabilità sociale

03

Esordio in Età Evolutiva

Manifestazione durante il periodo dello sviluppo



Livelli di Gravità e Funzionamento Adattivo

I livelli di gravità della disabilità intellettiva sono definiti sulla base del funzionamento adattivo e non del QI. Il comportamento adattivo include abilità concettuali, sociali e pratiche che consentono di affrontare le richieste della vita quotidiana.



📌 Senza un supporto costante, i deficit adattivi limitano il funzionamento in una o più attività della vita quotidiana, come la comunicazione, la partecipazione sociale e la vita autonoma.

Le Tre Dimensioni del Funzionamento Adattivo

Le persone con disabilità possono infatti manifestare una combinazione di difficoltà di natura fisica, cognitiva e intellettuale che incidono sul funzionamento adattivo e sulle competenze in diverse aree fondamentali:

Area Concettuale

Uso del linguaggio, comprensione di concetti numerici e temporali, capacità di pianificazione e problem solving.

Area Sociale

Capacità di interazione, rispetto delle regole, interpretazione dei segnali sociali e costruzione di relazioni significative.

Area Pratica

Gestione della vita quotidiana, organizzazione domestica, utilizzo dei servizi pubblici e amministrazione del denaro.

Questi deficit possono compromettere funzioni cognitive quali memoria, attenzione, concentrazione e capacità di pianificazione, rendendo difficoltosa la gestione di attività complesse articolate in più fasi.

Sfide Quotidiane e Supporto Necessario

Attività che Richiedono Supporto

- Cura di sé e igiene personale
- Preparazione dei pasti
- Pulizie domestiche
- Amministrazione del denaro
- Uso dei mezzi di trasporto
- Gestione di appuntamenti

Un Processo Graduale

Il percorso verso l'indipendenza si configura come un processo graduale e personalizzato, che richiede interventi mirati e strategie di sostegno calibrate sulle specifiche esigenze della persona.

Con adeguati supporti all'apprendimento, le persone con disabilità lieve possono acquisire comportamenti adattivi e competenze di vita tali da permettere loro di condurre un'esistenza soddisfacente e relativamente indipendente.

Due Tipologie di Supporto all'Autonomia



Supporti Basati sulla Tecnologia

- Applicazioni digitali e dispositivi elettronici
- Strumenti di promemoria visivi o sonori
- Software per l'organizzazione delle attività
- Sistemi di guida passo-passo



Supporti Basati sulla Persona

- Intervento di familiari, educatori o caregiver
- Strategie di modeling e prompting
- Rinforzo positivo
- Supervisione graduale

Entrambe le tipologie condividono l'obiettivo di promuovere l'autonomia attraverso strumenti socialmente accettabili, discreti e motivanti, favorendo un apprendimento più autonomo ed efficiente.

Le Otto Dimensioni della Qualità della Vita

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Salute, la qualità della vita è "la percezione dell'individuo della propria posizione nella vita, nel contesto dei sistemi culturali e dei valori di riferimento". Schalock e colleghi (2002) hanno individuato otto dimensioni fondamentali:



Benessere Emotivo

Soddisfazione, autostima, assenza di stress



Benessere Materiale

Risorse economiche, abitazione adeguata, stabilità finanziaria



Autodeterminazione

Fare scelte, decisioni autonome, controllo della propria vita



Diritti

Diritti umani, civili, pari opportunità, tutela dalla discriminazione



Relazioni Interpersonali

Amicizie, sostegno sociale, ambienti affettivi positivi



Sviluppo Personale

Apprendimento, istruzione, nuove competenze



Inclusione Sociale

Partecipazione attiva, accesso ai servizi, riconoscimento sociale



Benessere Fisico

Salute, alimentazione, accesso alle cure sanitarie

I Tre Bisogni Psicologici Fondamentali

La Self Determination Theory (SDT) enuncia che ogni essere umano possiede tre bisogni psicologici di base che sono essenziali per lo sviluppo dell'autodeterminazione e della qualità della vita:

Competenza

Sentirsi efficaci nel raggiungere i risultati desiderati e sperimentare padronanza nelle attività quotidiane.

Relazionalità

Il sentimento di connessione e di cura nei confronti di altre persone, appartenenza sociale.

Autonomia

Sentire di avere la possibilità di scelta nel realizzare la propria volontà e autodeterminarsi.

Lo sviluppo di queste abilità dipende non solo dalle opportunità di esercizio, ma anche dal tipo di supporto ricevuto dalla famiglia e dagli operatori, incluso il modo in cui comunicano e interagiscono.



Supportare l'Autonomia: Elementi Chiave

01

Accompagnare le Richieste con Motivazioni

Spiegare le ragioni dietro le richieste per favorire la comprensione e l'adesione consapevole.

02

Offrire Scelte sulle Modalità

Permettere di scegliere come portare a termine un compito, rispettando preferenze e stili personali.

03

Essere Empatici

Considerare la prospettiva dell'altra persona, riconoscendo difficoltà ed emozioni.

04

Evitare Strategie Controllanti

Utilizzare un linguaggio non controllante e minimizzare imposizioni rigide.

Benefici del Supporto all'Autonomia

Il supporto all'autonomia ha un impatto positivo significativo sul desiderio di partecipare alle attività e sui livelli di ansia percepiti. Mostrando calore, pazienza, dando feedback positivi e chiedendo opinioni, è possibile migliorare l'esperienza emotiva e motivazionale dei partecipanti.

Incrementare la Qualità di Vita



Microsistema (Sfera Personale)

Essere sensibili a ciò che è effettivamente importante per la vita della singola persona. Apprendimento di nuove abilità personalizzate.



Mediosistema (Agenzie Educative)

La qualità della vita come elemento unificante le diverse esperienze di vita. Modifica dell'ambiente e dei contesti educativi.



Macrosistema (Costrutto Sociale)

La qualità della vita come principio comune da potenziare a livello di organismi sociali, politici e culturali. Modifica dei sistemi di credenze.



Oltre le Narrazioni Estreme: Verso la Normalizzazione

Narrazione dell'Incapacità

Rappresenta la persona con disabilità come fragile, dipendente e priva di agency, rafforzando stereotipi di passività e giustificando pratiche iperprotettive.

Narrazione del Super-Crip

Enfatizza l'eccezionalità e l'eroismo, presentando il successo come conquista straordinaria. Può generare aspettative irrealistiche e sentimenti di inadeguatezza.

Prospettiva della Normalizzazione

Propone l'accesso a condizioni di vita ordinarie, con opportunità di scelta, partecipazione e sviluppo personale comparabili a quelle della popolazione generale.

Il ruolo del quadro normativo e istituzionale

In questo contesto, il quadro normativo internazionale e nazionale è un riferimento imprescindibile. La **Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità**, ratificata dall'Italia nel 2009, ha ridefinito il paradigma della disabilità in chiave **biopsicosociale**, riconoscendo il diritto all'autonomia, all'autodeterminazione e alla vita indipendente (art. 3 e art. 19).

Principi della Convenzione ONU

- **Libertà di scelta residenziale**

Diritto a scegliere il proprio luogo di residenza, senza obbligo di vivere in contesti segreganti.

- **Servizi personalizzati**

Accesso a sostegni individualizzati che favoriscano l'inclusione nella comunità.

- **Progetti centrati sulla persona**

Politiche nazionali e regionali orientate a budget di salute e percorsi di abilitazione abitativa.

Il cambio di paradigma

L'evoluzione normativa testimonia il passaggio da un **approccio assistenzialistico** a una prospettiva basata sui **diritti**: l'autonomia non è un esito opzionale, ma un **obiettivo strutturale** degli interventi clinici, educativi e sociali.

Le Activities of Daily Living (ADL)

Le ADL comprendono le attività essenziali di cura personale, ovvero quelle azioni di base indispensabili per la sopravvivenza e il benessere quotidiano. Rappresentano il livello più elementare dell'autonomia funzionale e richiedono l'apprendimento di sequenze operative precise.

Igiene Personale

Fare il bagno, lavarsi i denti, pettinarsi

Alimentazione

Mangiare in modo autonomo

Abbigliamento

Vestirsi in modo adeguato

Competenze Chiave

L'acquisizione richiede insegnamento strutturato, supporti visivi, prompting graduato e rinforzo sistematico per essere apprese e consolidate.

Le Instrumental Activities of Daily Living (IADL)

Le IADL comprendono compiti più complessi e articolati, che richiedono capacità di pianificazione, problem solving e gestione di più passaggi consecutivi. Implicano un maggiore livello di autonomia cognitiva rispetto alle ADL, poiché richiedono competenze trasversali come l'orientamento spazio-temporale e la capacità di prendere decisioni.



Fare la Spesa

Pianificare
acquisti e gestire
il budget



Cucinare

Preparare pasti
in sicurezza



Trasporti

Utilizzare mezzi
pubblici
autonomamente



Gestione Denaro

Amministrare
finanze personali

Il Programma Life Centered Career Education (LCCE)

Il modello LCCE di Brolin (1997) rappresenta un approccio sistematico riconosciuto internazionalmente per lo sviluppo di competenze di vita quotidiana, lavorative e sociali, favorendo una transizione efficace dalla scuola superiore alla vita adulta.



Alimentazione

Acquisto, preparazione e consumo del cibo



Abbigliamento

Acquisto e cura dei vestiti



Trasporti

Uso dei mezzi di trasporto



Gestione delle relazioni interpersonali

Abilità sociali e competenze per mantenere rapporti significativi e rispettosi



Uso di strutture ricreative

Promozione della partecipazione ad attività sportive, culturali e di tempo libero equilibrato



Casa

Mantenimento e organizzazione degli spazi



Finanze

Gestione del denaro personale



Benessere

Cura dei bisogni personali



Comportamento civico-responsabile

Conoscenza dei diritti e doveri e partecipazione alla vita comunitaria

Il Paradigma dell'Independent Living

Sviluppato circa cinquant'anni fa da attivisti come Ed Roberts, questo movimento ha promosso una trasformazione culturale profonda, mettendo in discussione il modello assistenzialista tradizionale e sostenendo il diritto all'autodeterminazione, alla partecipazione sociale e alla libertà di scelta.

- ❏ La persona dovrebbe poter scegliere in che modo ricevere supporto, definendo tempi, modalità e strumenti. I caregiver dovrebbero assumere un ruolo facilitante e non sostitutivo.

La Tecnologia come "Protesi Funzionale"

Gli strumenti tecnologici non dovrebbero configurarsi come mezzi di sorveglianza o controllo, ma come "protesi funzionali" che ampliano le possibilità di azione della persona. La tecnologia rappresenta un sostituto tecnico che consente all'individuo di esercitare le proprie scelte in modo più autonomo.

Tecnologia Assistiva (AT)

Qualsiasi dispositivo, attrezzatura o sistema progettato per aumentare, mantenere o migliorare le capacità funzionali di un individuo con disabilità.



Video-Based Instruction: Strategie Efficaci

1

Video Modelling

La persona osserva l'intero svolgimento di un compito e successivamente lo replica, immediatamente o dopo un intervallo di tempo.

2

Video Prompting

Scomposizione di un'attività in singole fasi: ogni passaggio viene mostrato in un breve segmento video, seguito dalla richiesta di esecuzione prima di procedere allo step successivo.

3

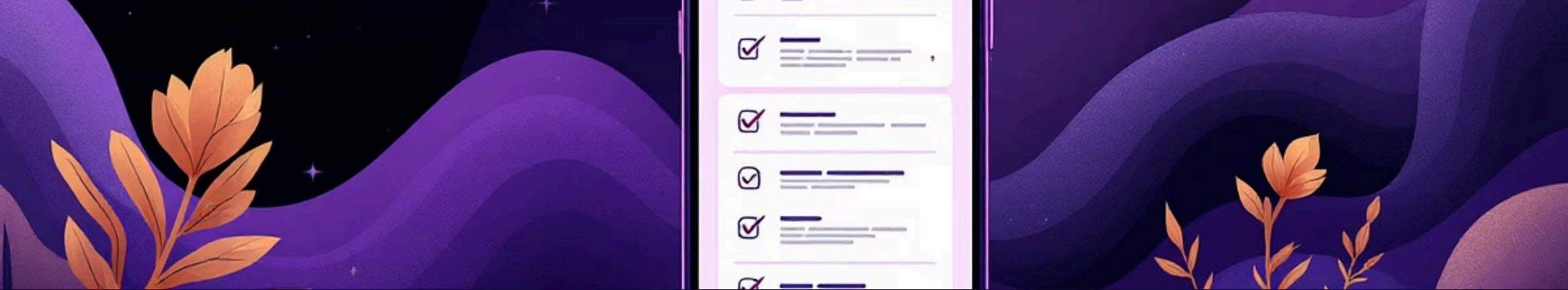
Self-Prompting

Utilizzo autonomo di immagini, checklist, istruzioni scritte o supporti digitali per ricordare i passaggi di un compito.

Il video prompting si è dimostrato altamente efficace nell'insegnamento di compiti complessi, poiché riduce il carico cognitivo e consente una focalizzazione progressiva sui singoli passaggi.



Link videomodeling Erikson: <https://www.youtube.com/watch?v=GNH8tldpYGY>



Gli Smartphone: Strumenti di Autonomia



Promemoria

Visivi e sonori per attività quotidiane



Checklist Digitali

Sequenze strutturate di compiti



Video Tutorial

Istruzioni passo-passo personalizzate



Organizzazione

Calendari e gestione del tempo

Gli smartphone sono socialmente accettati, economici e user-friendly, riducendo lo stigma associato ad altri ausili assistivi e diminuendo la dipendenza dal supporto umano diretto.



PROGETTO PNRR

UN PROGETTO DI ESEMPIO



Contesto

Progetto PNRR “PERCORSI DI AUTONOMIA PER PERSONE CON DISABILITA’”



Richiesta

Progettazione di attività finalizzata all'autonomia con l'utilizzo di strumenti tecnologici



Obiettivo

Raggiungimento dell'autonomia nella vita quotidiana e abitativa al fine dell'inserimento in gruppi appartamento

Come abbiamo ideato il lavoro

01

Ricerca della letteratura

Analisi delle evidenze scientifiche e delle buone pratiche nel campo dell'autonomia e della tecnologia assistiva.

02

Questionario esplorativo

Ideazione e somministrazione di uno strumento per indagare gli effettivi bisogni, desideri e livelli di competenza degli utenti coinvolti.

03

Report dei risultati

Stesura di un documento di sintesi con i dati raccolti, base per la co-progettazione delle attività.

Conclusione del report: I dati evidenziano un buon livello di autonomia personale e quotidiana, soprattutto nella cura di sé, nella gestione della salute e negli spostamenti abituali. Emergono invece maggiori difficoltà nelle aree più complesse: **gestione del denaro, pianificazione domestica e uso avanzato degli elettrodomestici/strumenti tecnologici.**

L'elevata variabilità individuale suggerisce la necessità di strutturare le attività con attenzione alle differenze nei livelli di competenza.

Co-progettazione con l'équipe educativa

A partire dai risultati emersi dal questionario, abbiamo avviato un processo di **co-progettazione** insieme all'équipe educativa. Questo approccio collaborativo ha permesso di integrare la conoscenza diretta degli educatori con i dati raccolti, costruendo attività calibrate sui reali bisogni del gruppo.

1

Analisi dei dati

Condivisione dei risultati del report con l'équipe

2

Confronto operativo

Individuazione delle priorità e delle aree su cui intervenire

3

Progettazione attività

Definizione delle proposte operative e degli strumenti tecnologici



ATTIVITÀ PROPOSTE:



Gestione del denaro

"Ok il prezzo è giusto" 💰



Gestione dell'alimentazione e della cucina

"Masterchef" 👨‍🍳



Gestione della casa

"Video Prompting" 📱



Mobilità

"Caccia al tesoro" 🗺️



Tecnologie e social

"Sfida Social e Sicurezza Online" ➡️ 📱

"Ok il prezzo è giusto"

Ispirata al celebre quiz televisivo, questa attività ha l'obiettivo di migliorare la **capacità di riconoscimento del denaro** e la **stima del valore dei beni materiali**. Le domande vengono proiettate tramite slide e i partecipanti vengono divisi in squadre omogenee in base alle loro abilità. Il gioco si articola in fasi a **difficoltà crescente**.

Fase Propedeutica

1. **Riconoscimento dei soldi:** si mostra una banconota o moneta e si sceglie tra opzioni di risposta
2. **Composizione di cifre:** usando denaro reale, raggiungere la cifra indicata (da cifre tonde a decimali)
3. **Controllo del resto:** esercitazione pratica sulle operazioni di cambio
4. **Stima guidata:** associare il prezzo corretto a un prodotto tra diverse opzioni

Ok il prezzo è giusto!

1. **Stima libera dei prezzi:** si mostrano prodotti reali e i partecipanti stimano il prezzo senza opzioni. Chi si avvicina di più vince il prodotto o accumula punti
2. **Sfida finale:** indovinare il prezzo complessivo di un gruppo di prodotti, simulando una piccola spesa quotidiana



Strumenti: slide proiettate, denaro didattico, prodotti reali per la simulazione.

QR Code e Video Prompting

Questa attività sfrutta il **video prompting** — una strategia basata su evidenze — per insegnare le competenze domestiche in modo visivo e accessibile. I video vengono creati dagli educatori o dal team di progetto e collegati a **QR code fisici** applicati direttamente sugli elettrodomestici.



Video Prompting con QR Code

I partecipanti inquadrano il QR code posizionato sull'elettrodomestico, guardano il video dimostrativo e poi **replicano l'attività in autonomia**. Un metodo intuitivo che riduce la dipendenza dall'aiuto verbale.



Cooperazione e gestione dei compiti

Attraverso una **scheda cartacea organizzativa**, i ragazzi imparano a distribuire le mansioni domestiche, gestire i turni e collaborare nella cura condivisa dello spazio abitativo.

Strumenti consigliati

QR code stampati e applicati sugli elettrodomestici + scheda cartacea per l'organizzazione dei compiti domestici

Sfida MasterChef

Un'attività coinvolgente che unisce **autonomia in cucina**, **gestione del budget** e **utilizzo di app tecnologiche**. I partecipanti, divisi in coppie, affrontano l'intero processo — dalla scelta del piatto alla preparazione — in una vera sfida culinaria.

1

Scelta del piatto

Tre opzioni a difficoltà crescente (es. panino, pasta, torta salata) oppure scelta libera della coppia

2

Ricerca ricetta

Utilizzo dell'app **Giallo Zafferano** per trovare la ricetta e annotare gli ingredienti. App facoltativa per la lista: **ToBuy**

3

Spesa con budget

Acquisto degli ingredienti nelle dosi giuste, rispettando il **budget prefissato** assegnato dagli educatori

4

Preparazione

Seguire il video tutorial dell'app ed eseguire la ricetta. Possibilità di usare **QR code** per gli elettrodomestici

  **Sfida finale con assaggio:** gli educatori valutano non solo la bontà del piatto, ma anche la gestione del tempo, il rispetto del budget e la riduzione degli sprechi.

Mobilità e Tecnologie Social

Due attività che preparano i partecipanti a muoversi nel territorio con sicurezza e a navigare il mondo digitale in modo consapevole e responsabile.

Caccia al Tesoro Territoriale

Un'avventura urbana che utilizza **Google Maps** per orientarsi nel territorio. L'attività prevede:

- Sopralluogo preliminare da parte dell'equipe per individuare punti di incontro e riferimenti
- Navigazione autonoma con google maps, identificando percorsi e mezzi pubblici
- Raggiungimento di tappe con indizi e sfide

App consigliate: Google Maps + app per acquisto biglietti trasporto pubblico

Sfida Social e Sicurezza Online

Un percorso strutturato in **tre momenti** per un uso consapevole delle tecnologie:

1. **Parte teorica:** introduzione ai contenuti social, funzionamento delle piattaforme e regole di base
2. **Sfida pratica:** si pesca un bigliettino con un compito (es. fare una storia, pubblicare la foto di un paesaggio)
3. **Quiz finale:** educazione alla sicurezza online in modalità gioco interattivo

Grazie per l'attenzione!

A cura di:

Dott.ssa Rebecca Onano

Dott.ssa Francesca Sardo

