



Laboratorio autonomia nell'autismo

Igiene, salute e sessualità

Mary Wrobel

MATERIALI
NEUROSVILUPPO

Erickson

IL LIBRO

LABORATORIO AUTONOMIA NELL'AUTISMO

Questo libro è stato pensato specificamente per rispondere ai bisogni di salute e sicurezza dei soggetti da 5 a 18 anni con disturbi dello spettro autistico e altri bisogni educativi speciali. Attraverso un'originale combinazione di schede-guida e attività di facile comprensione, esso aiuterà a ridurre la paura e la resistenza dei bambini/ragazzi riguardo alle questioni dell'igiene, della cura della propria salute, della pubertà, ecc.

Il programma si suddivide in 7 unità:

- Igiene
- Salute
- Pudore
- Crescita e sviluppo
- Mestrualzioni
- Toccare e sicurezza personale
- Masturbazione.

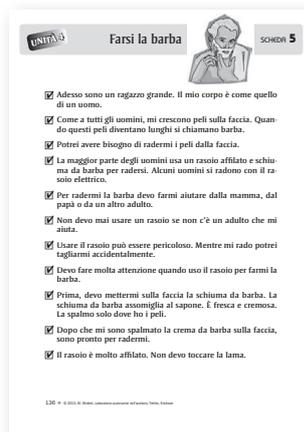
Pensato per fornire ai soggetti con autismo e altre disabilità le informazioni e le competenze necessarie per condurre una vita sana e priva di rischi, *Laboratorio autonomia nell'autismo* permette di insegnare numerose ed essenziali abilità, come:

- lavarsi, farsi tagliare i capelli, pettinarsi, usare i sanitari;
- mangiare cibi sani, riconoscere e comunicare il malessere fisico;
- avere senso del pudore e riconoscere i comportamenti inappropriati;
- conoscere il proprio corpo e i suoi cambiamenti durante lo sviluppo.

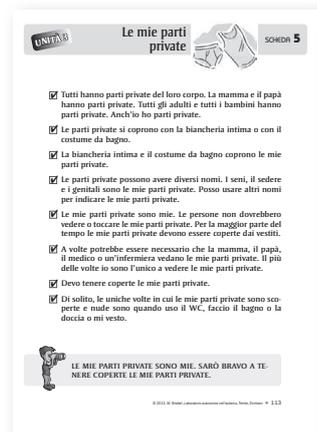
L'AUTRICE

MARY WROBEL

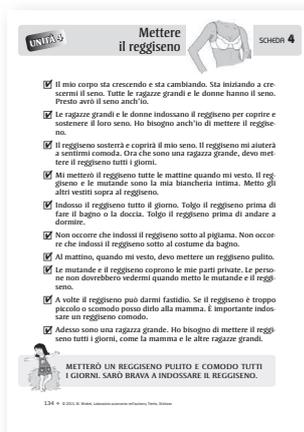
È una logopedista con oltre vent'anni di esperienza di lavoro con persone con autismo e altri bisogni educativi speciali.



Farsi la barba



Le mie parti private



Mettere il reggiseno



Cambiare l'assorbente

€ 18,50



www.erickson.it

Indice

9 Introduzione

11 Come usare il volume

17 **UNITÀ 1** Igiene

SCHEDA 1 Che cosa è sporco

SCHEDA 2 Lavarmi le mani

SCHEDA 3 Prendermi cura del mio corpo

SCHEDA 4 Dobbiamo fare il bagno o la doccia

SCHEDA 5 Sono capace di fare il bagno

SCHEDA 6 Mi lavo i capelli con lo shampoo

SCHEDA 7 Sono capace di fare la doccia da solo

SCHEDA 8 Mi lavo i denti

SCHEDA 9 A volte ho bisogno di farmi tagliare i capelli

SCHEDA 10 Devo pettinarmi

SCHEDA 11 Mi soffio il naso

SCHEDA 12 Le dita nel naso

SCHEDA 13 Alessandro usa il WC

SCHEDA 14 Uso il bagno a scuola

SCHEDA 15 Usare l'orinatoio: una storia per maschi

SCHEDA 16 Usare la carta igienica

65 **UNITÀ 2** Salute

SCHEDA 1 Essere in buona salute

SCHEDA 2 Mangiare frutta e verdura

SCHEDA 3 La notte dormo

SCHEDA 4 A volte non sto bene

SCHEDA 5 Non sto bene

SCHEDA 6 A volte ho dolore

SCHEDA 7 Andare dal medico

SCHEDA 8 Andare dal dentista

SCHEDA 9 Portare una fasciatura

SCHEDA 10 Io non tocco il sangue

SCHEDA 11 Prendere le medicine

97 **UNITÀ 3** Pudore

SCHEDA 1 Essere nudi

SCHEDA 2 Dove posso stare nudo?

SCHEDA 3 Devo tenermi addosso i vestiti

SCHEDA 4 Mi vesto

SCHEDA 5 Le mie parti private

SCHEDA 6 Non si mettono le mani nei pantaloni

SCHEDA 7 Le persone hanno bisogno di privacy

121 **UNITÀ 4** Crescita e sviluppo

SCHEDA 1 Sviluppo femminile

SCHEDA 2 Sviluppo maschile

SCHEDA 3 Devo mettere il deodorante

SCHEDA 4 Mettere il reggiseno

SCHEDA 5 Farsi la barba

141 **UNITÀ 5** Mestruazioni

SCHEDA 1 Avrò il ciclo

SCHEDA 2 Uscirà sangue

SCHEDA 3 Metto l'assorbente nelle mutande

SCHEDA 4 Cambiare l'assorbente

SCHEDA 5 Realizzare una cartellina per il cambio dell'assorbente

SCHEDA 6 Il ciclo di ...

SCHEDA 7 A volte ho i crampi

SCHEDA 8 Il mio ciclo è una cosa privata

169 **UNITÀ 6** Toccare e sicurezza personale

SCHEDA 1 A volte le persone ti toccano

SCHEDA 2 Toccare le altre persone

SCHEDA 3 Possiamo toccare?

SCHEDA 4 Le mie regole per toccare

SCHEDA 5 Parlare di sesso e delle parti private

SCHEDA 6 Non conosco gli estranei

SCHEDA 7 È sbagliato farmi del male

197 **UNITÀ 7** Masturbazione

SCHEDA 1 Toccare le mie parti private

SCHEDA 2 Toccarsi: una storia sulla masturbazione maschile

SCHEDA 3 Toccarsi: una storia sulla masturbazione femminile

SCHEDA 4 Avere erezioni

SCHEDA 5 La mia routine privata: stabilire un programma per la masturbazione

Introduzione

Le persone con disturbi dello spettro autistico hanno generalmente difficoltà a comprendere le informazioni verbali. I motivi possono essere diversi: da una scarsa comprensione dei termini o da una difficoltà a elaborare le informazioni uditive a carenti abilità di problem solving o all'incapacità di interagire in maniera adeguata con le altre persone e di capire le regole sociali.

Molte delle persone con disturbi dello spettro autistico che mostrano queste difficoltà hanno bisogno che le informazioni vengano presentate loro in modo semplice e chiaro, adeguato al loro livello di comprensione. Le regole e le aspettative sociali sono tipicamente un mistero, per loro. Di fatto, la maggior parte dei soggetti con autismo e disabilità correlate non sono in grado di imitare efficacemente le altre persone né di intuire, in base agli esempi forniti dagli altri, che cosa dovrebbero fare. Perciò, le regole e le informazioni che devono comprendere e seguire vanno spiegate in maniera semplice e precisa.

Alcuni anni fa una mia collega mi chiese aiuto per insegnare i contenuti di educazione sessuale previsti dal programma a un gruppo di studenti con autismo. Stava avendo difficoltà a insegnare tali contenuti a questi studenti e aveva l'impressione che non corrispondessero ai loro reali bisogni. Da quella prima occasione iniziai a sviluppare il programma presentato in questo libro. Con l'aiuto della mia collega, Patricia Rielly, ideai un modo nuovo per affrontare le questioni relative all'igiene personale, alla salute, al pudore, alla crescita e allo sviluppo, alle mestruazioni, al contatto fisico, alla sicurezza personale e alla masturbazione. Penso che questi argomenti contengano informazioni essenziali di cui gli studenti con autismo e altre disabilità hanno bisogno per condurre vite sane e senza rischi.

Questo programma, interamente o in parte, può essere utile per soggetti dai 5 anni in su. Tuttavia, alcune delle schede e delle attività che propone, specie quelle relative alla pubertà, non sono appropriate per i piccoli. Per questi ultimi può essere vantaggioso imparare alcune abilità di igiene e cura di sé, come l'uso del WC, lavarsi i denti e le mani. Incoraggio i genitori e gli educatori a iniziare a insegnare queste importantissime abilità connesse all'igiene e alla cura di sé quando i bambini hanno all'incirca 3 anni. Insegnarle precocemente, con l'aspettativa che il bambino acquisisca autonomia, aiuta a stabilire appropriate routine di cura della propria persona.

Le schede e le attività proposte in questo programma sono state sviluppate per soggetti con disabilità diverse. I termini utilizzati sono semplici ma precisi. Le attività sono accompagnate da indicazioni rispetto ai possibili adattamenti nonché da esempi di aiuti visivi che favoriscono la comprensione dei contenuti. In tutto il libro sono presentati esempi di ausili per la comunicazione e di tecnologie assistive che possono permettere agli studenti di comprendere e comunicare in maniera più efficace. Sono discussi e presentati vari dispositivi di comunicazione con uscita in voce così come strumenti a bassa tecnologia e assolutamente tradizionali.

Scopo di questo libro è fornire agli studenti con autismo e altre disabilità le informazioni e le abilità necessarie per condurre una vita sana e priva di rischi e con la maggiore autonomia che le loro capacità fisiche e mentali consentono. Gli obiettivi del programma sono quelli di promuovere l'indipendenza, sviluppare la sicurezza personale e ridurre la paura e la confusione.

UNITÀ 1

Igiene



L'autonomia nelle abilità di igiene favorisce il benessere fisico e l'accettazione sociale

- SCHEDA 1 Che cosa è sporco
- SCHEDA 2 Lavarmi le mani
- SCHEDA 3 Prendermi cura del mio corpo
- SCHEDA 4 Dobbiamo fare il bagno o la doccia
- SCHEDA 5 Sono capace di fare il bagno
- SCHEDA 6 Mi lavo i capelli con lo shampoo
- SCHEDA 7 Sono capace di fare la doccia da solo
- SCHEDA 8 Mi lavo i denti
- SCHEDA 9 A volte ho bisogno di farmi tagliare i capelli
- SCHEDA 10 Devo pettinarmi
- SCHEDA 11 Mi soffio il naso
- SCHEDA 12 Le dita nel naso
- SCHEDA 13 Alessandro usa il WC
- SCHEDA 14 Uso il bagno a scuola
- SCHEDA 15 Usare l'orinatoio: una storia per maschi
- SCHEDA 16 Usare la carta igienica

UNITÀ 2

Salute



Conoscere e attuare buone pratiche di cura della propria salute promuove il benessere fisico e le abilità essenziali per la sicurezza

SCHEDA 1 Essere in buona salute

SCHEDA 2 Mangiare frutta e verdura

SCHEDA 3 La notte dormo

SCHEDA 4 A volte non sto bene

SCHEDA 5 Non sto bene

SCHEDA 6 A volte ho dolore

SCHEDA 7 Andare dal medico

SCHEDA 8 Andare dal dentista

SCHEDA 9 Portare una fasciatura

SCHEDA 10 Io non tocco il sangue

SCHEDA 11 Prendere le medicine

UNITÀ 3

Pudore



SCHEDA 1 Essere nudi

SCHEDA 2 Dove posso stare nudo?

SCHEDA 3 Devo tenermi addosso i vestiti

SCHEDA 4 Mi vesto

SCHEDA 5 Le mie parti private

SCHEDA 6 Non si mettono le mani nei pantaloni

SCHEDA 7 Le persone hanno bisogno di privacy

**Il pudore è la base
dei comportamenti
accettabili e sicuri nelle
situazioni sociali**

UNITÀ 4

Crescita e sviluppo



SCHEDA 1 Sviluppo femminile

SCHEDA 2 Sviluppo maschile

SCHEDA 3 Devo mettere il deodorante

SCHEDA 4 Mettere il reggiseno

SCHEDA 5 Farsi la barba

**Preparare i soggetti
ai cambiamenti fisici
che la pubertà comporta
ridurrà al minimo
la paura e la confusione**

UNITÀ 5

Mestruazioni



**L'autonomia nell'igiene
mestruale migliora la
qualità della vita e favorisce
l'accettazione sociale**

SCHEDA 1 Avrò il ciclo

SCHEDA 2 Uscirà sangue

SCHEDA 3 Metto l'assorbente nelle
mutande

SCHEDA 4 Cambiare l'assorbente

SCHEDA 5 Realizzare una cartellina per
il cambio dell'assorbente

SCHEDA 6 Il ciclo di ...

SCHEDA 7 A volte ho i crampi

SCHEDA 8 Il mio ciclo è una cosa privata

UNITÀ 6

Toccare e sicurezza personale



- SCHEDA 1 A volte le persone ti toccano
- SCHEDA 2 Toccare le altre persone
- SCHEDA 3 Possiamo toccare?
- SCHEDA 4 Le mie regole per toccare
- SCHEDA 5 Parlare di sesso e delle parti private
- SCHEDA 6 Non conosco gli estranei
- SCHEDA 7 È sbagliato farmi del male

Comprendere che cos'è e dimostrare il contatto appropriato è il primo passo verso la promozione della sicurezza personale

UNITÀ 7

Masturbazione



SCHEDA 1 Toccare le mie parti private

SCHEDA 2 Toccarsi: una storia
sulla masturbazione maschile

SCHEDA 3 Toccarsi: una storia
sulla masturbazione femminile

SCHEDA 4 Avere erezioni

SCHEDA 5 La mia routine privata: stabilire
un programma per la masturbazione

Affrontare la masturbazione in modo sereno e non giudicante favorisce il comportamento sociale appropriato. Concordare con la famiglia delle modalità accettabili per la masturbazione è utile a prevenire i comportamenti socialmente inaccettabili