

10. ESPERIENZA E INDIPENDENZA

CAPACITÀ DI VITA QUOTIDIANA

a) Parliamo di... (diapositiva 3)

Le "Abilità di vita quotidiana" sono le tecniche che consentono alle persone con disabilità di svolgere le proprie attività quotidiane con un'assistenza minima o nulla.

La percezione pubblica delle possibilità dei ciechi nelle abilità della vita quotidiana è spesso distorta. Allo stesso tempo, sono una cosa ovvia per la maggior parte delle persone cieche nella vita.

Più attività si gestiscono, più si considera versatile e indipendente. Per indipendenza, si diventa indipendenti dall'aiuto degli altri.

Alcune persone potrebbero obiettare che lo sviluppo delle abilità della vita quotidiana non è correlato alle abilità sociali, ma è vero il contrario. Solo una persona che non dipende dall'aiuto di altre persone può diventare un membro a pieno titolo della società.

Obiettivi dell'insegnamento delle abilità della vita quotidiana:

- Per aumentare la fiducia in se stessi
- Per sostenere la vita indipendente.
- Consentire ai bambini di svolgere attività legate alla loro vita quotidiana da soli o con un'assistenza minima.
- Migliorare un'efficace socializzazione nella comunità.
- Aumentare e potenziare il senso di responsabilità • Ringiovanire l'autosufficienza

Cosa includere nelle abilità della vita quotidiana?

- igiene personale, cura del corpo
- vestirsi
- preparazione del cibo e pranzo
- mantenere gli indumenti puliti
- assistenza domiciliare
- assistenza all'infanzia, cura dei malati di parentela
- piccoli lavori di manutenzione
- acquisti, fruizione di vari servizi

- gestione della famiglia con un'opportuna suddivisione delle attività familiari
- attività ricreative
- interessi e hobby.

L'elenco delle voci nel campo delle abilità della vita quotidiana corrisponde a un elenco simile per persone che possono vedere. Le uniche differenze sono nel metodo di esecuzione di ciascuno attività con una leggera modifica delle pratiche comuni.

b) Rifletti (diapositiva 4)

- Tuo figlio partecipa a compiti a casa?
- Con quale tipo di assistenza domiciliare partecipa tuo figlio?
- Tuo figlio pulisce la sua stanza?
- Il tuo bambino può preparare qualcosa da bere, da mangiare (tè, merenda)?
- Quali abilità della vita quotidiana vogliono imparare?

c) Possibili cause (diapositiva 5)

La disabilità visiva può limitare e modificare parzialmente la capacità di una persona di vivere indipendentemente dall'aiuto di altre persone. Il grado di queste dipendenze varia a seconda dell'individuo.

Le persone con disabilità visive ben adattate possono gestire l'area delle abilità della vita quotidiana in modo indipendente, utilizzando l'aiuto di altri solo in casi eccezionali. È più difficile, quando emergono paura, ansia e una sensazione di incapacità di svolgere le proprie attività.

Se l'individuo è motivato e ha il desiderio di essere indipendente, insieme al necessario sostegno familiare, allora un certo grado di indipendenza può e sarà raggiunto.

d) Conseguenze (diapositiva 6)

- Isolazione sociale
- Bassa autostima e fiducia in se stessi
- Opportunità limitate
- Passività e scarsa motivazione

- Minore autonomia

e) Come sostenere (diapositiva 7)

- Sviluppare le abilità della vita quotidiana il prima possibile nella prima infanzia attraverso esperienze pratiche poiché i bambini ipovedenti o non vedenti non possono apprendere attraverso l'osservazione visiva.
- Sviluppare fiducia e autostima offrendo al bambino un'ampia varietà di esperienze da cui possono imparare.
- Incoraggia il tuo bambino a partecipare a una varietà di attività domestiche come cuocere al forno, cucinare, pulire, ecc. Dai al bambino la possibilità di risolvere i problemi che incontra da solo.
- Tieni presente l'uguaglianza (diritti e responsabilità) e offri lo stesso possibilità di partecipare ad attività dentro e fuori casa. Assicurati che tutte le attività siano sicure.
- Dare istruzioni chiare, descrivere cosa accadrà.
- Il gioco di ruolo può essere utilizzato per ricreare diversi scenari in cui ogni giorno sono richieste abilità di vita.
- Promuovere una mentalità di crescita e il coraggio di provare cose nuove.
- Fornire passaggi e metodi per completare le attività
- Esporre il bambino ad attrezzature specializzate – bilance parlanti, livello del liquido indicatori
- Partecipare a eventi organizzati da gruppi di supporto per incoraggiare le capacità di indipendenza. • Avere accesso a uno specialista di Orientamento e Mobilità – a casa o a scuola

e) Video (diapositiva 8)

g) Altri suggerimenti (diapositiva 9)

I genitori discutono di altre possibilità