

Disabilità



Cosa è e come si sentono i disabili? IIIA A.S. 2017/2018

Cosa è ??????

La **disabilità** è la condizione di chi, ha una ridotta capacità d'interazione con l'ambiente sociale rispetto a ciò che è considerata la norma e quindi fa fatica a relazionarsi con l'ambiente con cui vive va e quindi ha bisogno di determinati aiuti e spesso si trova condizioni di svantaggio nel partecipare alla vita sociale.

Come ci si sente a essere disabili.

Persone disabili. Ci capita di vederle per strada o in un bar, hanno gli occhi a mandorla o sono sulle sedie a rotelle, sono estranei, fanno parte della nostra cerchia di amici o della nostra famiglia. Hanno difficoltà, si sentono esclusi, emarginati, incapaci, ma queste sono sensazioni che chiunque può provare. Non sempre riusciamo ad essere d'aiuto o di sostegno alle persone con handicap, non sempre siamo capaci di rapportarci con loro e di capirli. Non sappiamo come fare perché seguiamo gli "stereotipi", non riusciamo a identificare in loro delle persone che abbiano un cervello, un cuore, che siano capaci di pensare e di provare emozioni.

Ma ci siamo mai chiesti, effettivamente, di cosa hanno bisogno?

Ce lo siamo chiesti ??

No!

Proviamo a chiedercelo !



Sono persone che seguono "le regole", hanno la loro giornata scandita da orari: centri diurni, palestre, terapie, piscina, ma di cosa hanno veramente bisogno?

Ci è mai capitato di chiederglielo, in modo autentico, e non solo formale?

Non è importante chiedere attraverso i contenuti, ma chiedere con il cuore, entrando in relazione con loro, accompagnando la richiesta con gesti calorosi, con lo sguardo, con la nostra vicinanza fisica, con un tono della voce calmo e accogliente.

Proviamo

Questo modo di comunicare vale più di mille parole!
Perché la comunicazione viaggia contemporaneamente su due livelli: il contenuto – cioè le parole “di cosa hai bisogno?” - e la relazione – attraverso cui si trasmette il messaggio: “io sono qui”. Tutto questo è fondamentale in qualsiasi rapporto, ma diventa particolarmente importante quando ci relazioniamo con persone disabili. Ci siamo mai soffermati a chiedere loro come si sentono? NO !

Le emozioni

Le emozioni sono universali; noi probabilmente, quando ci rapportiamo con persone disabili, talvolta proviamo un vissuto di impotenza, tristezza o rabbia, ma loro invece cosa provano?

Ecco l'importanza di "giocare" con le emozioni: dare loro un nome, riconoscerle, capire quando le proviamo e cercare insieme di gestirle.

Leggere le emozioni degli altri serve ad avere più sensibilità, maggiore capacità di ascoltare ed essere più attenti ai loro bisogni.

Le persone disabili colgono qualsiasi nostra variazione emotiva, sono empatiche perché non sono ancorate alla rigidità degli schemi mentali e vivono liberamente le emozioni come noi magari non siamo capaci a fare .

Questo perché le persone disabili sono molto sensibili a percepire il disagio che gli altri provano quando si rapportano con loro.

Come entrare in sintonia?

Basta poco per entrare in sintonia! Spesso avviene in modo inconsapevole: non ce ne rendiamo conto, ma i nostri movimenti e l'espressione del nostro viso rispecchiano quelle della persona disabile, e viceversa. Diventa una danza, una sintonia di emozioni condivise.

La rabbia, la paura e la gioia sono "contagiose" ed avere più conoscenza di ciò che proviamo noi e gli altri, ci aiuta sicuramente a relazionarci in modo più funzionale ed armonioso.

ESSERE ''unici''

E' necessario sottolineare che non esistono regole, protocolli, teorie che ci permettono di aiutare , comprendere o sostenere i disabili: la bellezza sta proprio nell'essere "UNICI".

The logo for 'Unico' is displayed within a red square. The word 'Unico' is written in a white, sans-serif font. Below the text, there is a faint, semi-transparent reflection of the word 'Unico'.

Certo, con qualche difficoltà in più, ma provare emozioni, avere bisogni, desideri ed agire di conseguenza sono

riconducibili a qualsiasi tipo di disturbo.

Raggiungere un buon livello di autonomia, considerando le capacità ed abilità della persona disabile, rappresenta una delle più importanti finalità indipendentemente dalle specifiche patologie.

Chi va coinvolto?

In questo processo vanno coinvolte tutte le figure che ruotano intorno a loro: dagli operatori agli educatori ai compagni di classe ma, in particolar modo, vanno coinvolti i familiari e i genitori perché saranno loro in prima linea i promotori del benessere della persona disabile.

Il lavoro educativo mira al recupero delle abilità perdute e, quando può essere possibile, mira all'acquisizione di nuove abilità. In tutto questo, i genitori e i familiari ricoprono un ruolo fondamentale nel raggiungimento di un maggiore benessere psicofisico della persona disabile. Possono essere proprio loro i primi ad essere d'aiuto, facilitando e promuovendo la comunicazione verbale e non verbale, così come esprimendo condividendo le emozioni.

Fare sport è possibile quando si è
disabile ? certamente



Special Olympics

GRANDE ASSOCIAZIONE

Special Olympics è l'associazione sportiva internazionale che organizza ogni 4 anni i giochi olimpici speciali ovvero per le persone disabili .

Fondata da [Eunice Kennedy Shriver](#) negli Usa nel 1968 propone ed organizza allenamenti ed eventi per persone con disabilità mentale

Predisporre un programma internazionale di allenamento sportivo e competizioni atletiche per 2.500.000 ragazzi ed adulti con disabilità intellettiva. Nel mondo sono 180 i Paesi che adottano il programma Special Olympics, e più di tre milioni di membri di famiglie ed 1.000.000 di volontari aiutano a realizzare ogni anno circa 23.000 grandi eventi.

Ed è anche un modo per avvicinare il disabile alla propria passione.

MUOVERSI ALLEGRAEMENTE



Chi sono?

L'ASD Muoversi Allegramente è un'associazione sportiva dilettantistica che si occupa di persone con disabilità intellettiva e che ha come obiettivo principale l'integrazione di ragazzi e ragazze con coetanei "normodotati" attraverso l'attività sportiva svolta insieme.

L'attività dell'Associazione è rivolta ad atleti di età compresa tra i 10 e i 40 anni, a cui si affiancano i volontari (atleti partner), supervisionati dai tecnici. I ragazzi che frequentano le nostre attività arrivano dal territorio di Ciriè e delle Valli di Lanzo. Tutti insieme per vincere, diventare veri atleti e divertirsi!

Di cosa si occupano ?

Muoversi Allegramente non si occupa solo di sport. Diverse sono le attività extra-sportive che l'Associazione organizza.

L'Associazione si rivolge anche alle famiglie, spesso troppo isolate o poco supportate, offrendo momenti informali di incontro che permettono di confrontarsi e aiutarsi ad affrontare i problemi quotidiani.

L'aggregazione tra famiglie nasce poi spontanea nel momento in cui i ragazzi sono impegnati nelle gare e vivono l'esperienza della trasferta con volontari e tecnici. I genitori che, grazie alla presenza dei volontari non devono occuparsi dei figli, si ritrovano tutti insieme per "fare il tifo" o applaudirli sul campo di gara.

Come e quando nasce.

L'Associazione Sportiva Dilettantistica "Muoversi Allegramente" è il punto di approdo di un progetto nato nel 2002 all'interno di un Istituto Superiore della Provincia di Torino, con l'intento di integrare allievi diversamente abili con i coetanei, attraverso la pratica sportiva. Nel corso degli anni l'aumento dei partecipanti, le continue richieste da parte delle famiglie di occupare il tempo libero dei propri figli e di far praticare loro attività sportive, hanno portato necessariamente alla costituzione di un'associazione sportiva indipendente dalla scuola.

L'ASD Muoversi Allegramente è stata quindi **fondata nel 2007** (con 17 atleti, 3 tecnici, 10 volontari e 20 genitori) da un gruppo di genitori particolarmente sensibili al problema della disabilità che credono nello sport come mezzo per il miglioramento dell'integrazione, del benessere psico-fisico e dell'autonomia dei ragazzi diversamente abili.

Come mai è nata ?

Il bisogno di fondare un'associazione è emerso in relazione alla difficoltà che i giovani con disabilità incontrano nel frequentare le attività sportive presenti sul territorio: si è pensato così di proporre qualcosa di più adatto alle loro esigenze, senza tuttavia perdere di vista l'integrazione.

IL LORO MOTTO

«CHE IO POSSA VINCERE, MA SE NON RIUSCISSI CHE IO POSSA TENTARE CON TUTTE LE MIE FORZE»

Dovrebbe essere il Motto di tutti

