



Social inclusion through Meaningful ageing

## Materiale didattico

Sarah Dury, Liesbeth De Donder, Daan Duppen, Tinie Kardol, Maurice de Greef, Anja Machielse, Wander van der Vaart, Daniela Grignoli, Margherita Di Paolo, Dieter Zisenis, Rosemarie Klein, Julia Thissen, Sara Marsillas and Álvaro García

Lay-out: Lydia Heringa



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DEL MOLISE

Büro für berufliche Bildungsplanung

Träger des Preises für Innovation  
in der Erwachsenenbildung 1999



matia  
istituto



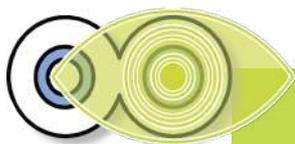
erasmus+  
meer perspectief



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Indice dei contenuti

Modulo 1 .....	4
<b>1. Introduzione: attività B</b> .....	<b>4</b>
Modulo 1 .....	6
<b>2. Attività: Uno sguardo sugli anziani, l'assistenza e l'invecchiamento</b> .....	<b>6</b>
Modulo 1 .....	23
<b>3. Nota di due pagine</b> .....	<b>23</b>
Modulo 2 .....	25
<b>3. Consapevolezza dei bisogni sociali e di significato</b> .....	<b>25</b>
Modulo 2 .....	27
<b>4. Persona</b> .....	<b>27</b>
Modulo 2 .....	28
<b>5. Ricerca le tue doti</b> .....	<b>28</b>
Modulo 2 .....	41
<b>6. Domande approfondite</b> .....	<b>41</b>
Modulo 3 .....	42
<b>7. La storia di Luke</b> .....	<b>42</b>
Modulo 3 .....	43
<b>8. Il momento del mango</b> .....	<b>43</b>
Modulo 3 .....	44
<b>9. Esercizio alternativo 'Madame V'</b> .....	<b>44</b>
Modulo 4 .....	45
<b>10. Nota di una pagina</b> .....	<b>45</b>
Modulo 4 .....	45
<b>11. Esercizio della ragnatela (vuoto)</b> .....	<b>45</b>
Modulo 4 .....	46
<b>12. Esercizio della ragnatela (compilato)</b> .....	<b>46</b>
Modulo 4 .....	47
<b>13. Esercizio della ragnatela, livello di competenza raggiunto</b> .....	<b>47</b>
Modulo 5 .....	48
<b>14. 6 "cappelli pensanti"</b> .....	<b>48</b>
Modulo 5 .....	51
<b>15. Valutazione complessiva</b> .....	<b>51</b>

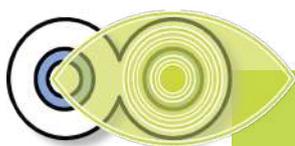


# Modulo 1

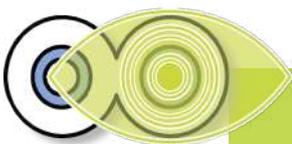
## 1. Introduzione: attività B

Stampa le domande seguenti.

Qual è stato il momento più bello della tua vita che vorresti rivivere?
Di quale tratto caratteriale sei più orgoglioso/a?
Qual è stato il tuo più grande errore sul lavoro?
Cosa ti aiuta a sentirti meglio quando non ti senti bene?
Che cosa è rimasto impresso nella tua memoria, ma che preferiresti dimenticare piuttosto che conservare?
Cosa trovi di più straordinario al mondo?
Cosa ti fa venire la pelle d'oca?



Qual è la cosa più difficile che tu abbia mai fatto?
Che cosa avresti voluto fare da anni, ma non è ancora successo?
Cosa ti chiedi spesso?
Hai mai vissuto un'esperienza che all'inizio sembrava negativa, ma che alla fine si è rivelata positiva?
Quale cattiva abitudine adotteresti se non fosse più tale?
Qual è, secondo te, l'età ideale?
Cosa ti chiedi spesso?
Che cosa hai sempre desiderato da bambino/a, ma non hai mai ottenuto?



## Modulo 1

### 2. Attività: Uno sguardo sugli anziani, l'assistenza e l'invecchiamento

Stampa le immagini seguenti per svolgere questa attività.



# Social inclusion through meaningful ageing - SEE ME

## Pictures as symbol for quality care

Module 1 – step 2 – activity a





Image by PublicDomainPictures via Pixabay



Image by Dimitris Vetsikas via Pixabay

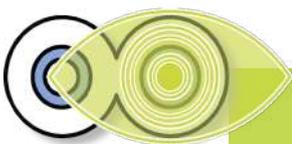




Image by Dimitris Vetsikas via Pixabay



Image by Susann Mielke via Pixabay

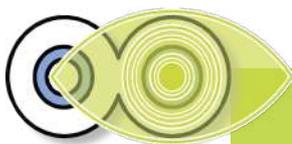




Image by Julius Silver via Pixabay



Image by Jason Goh via Pixabay

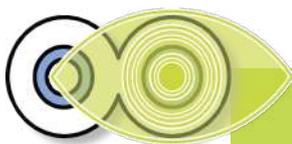




Image by Grown Diamond via Pixabay



Image by Couleur via Pixabay

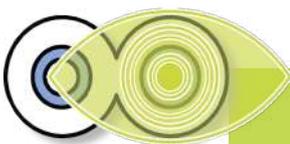




Image by Valentin via Pixabay



Image by Thomas Steiner via Pixabay





Image by lumix2004 via Pixabay



Image by Michel van der Vegt via Pixabay

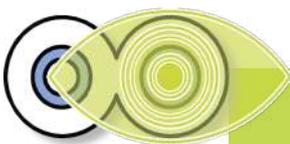




Image by Heiko Stein via Pixabay



Image by Peter van de Ven via Pixabay

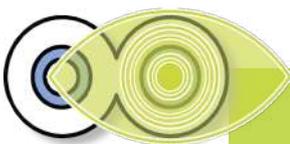




Image by Manfred Richter via Pixabay



Image by Pexels via Pixabay

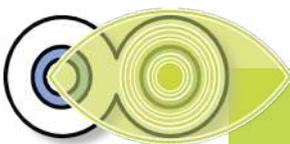




Image by mbll via Pixabay



Image by Helmut H. Kroiss via Pixabay

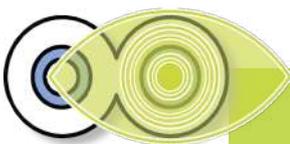




Image by Couleur via Pixabay



Image by Hans via Pixabay

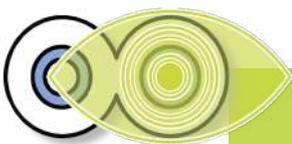




Image by Craig Melville via Pixabay



Image by Bruno /Germany via Pixabay

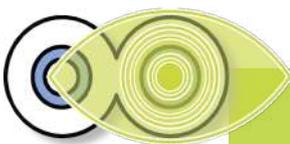




Image by Steven Liao via Pixabay



Image by Evgen Rom via Pixabay





Image by Freddy via Pixabay



Image by Jill Wellington via Pixabay

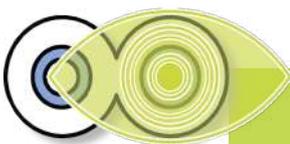




Image by Daan Duppen



Image by Daan Duppen

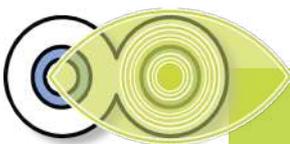




Image by aatlas via Pixabay



Image by Rene Gossner via Pixabay

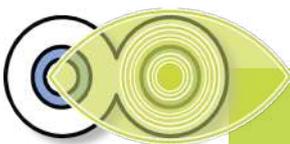
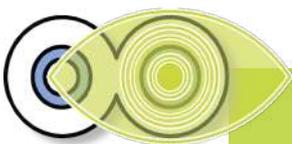




Image by Rene Tittmann via Pixabay



# Modulo 1

## 3. Nota di due pagine

Da stampare per i partecipanti.



### "VEDERE" il potenziale, i bisogni sociali e i bisogni di significato degli anziani bisognosi di assistenza

#### Un'ampia prospettiva sulle persone anziane e il loro bisogno di cure

L'assistenza agli anziani è solitamente focalizzata sugli aspetti medici e fisici, ma l'invecchiamento porta con sé anche cambiamenti sociali, culturali e spirituali. È necessaria una prospettiva più ampia sull'assistenza agli anziani, con attenzione alle potenzialità, ai talenti e ai bisogni degli anziani.

Il progetto SEE ME vuole fornire conoscenza e comprensione dei bisogni delle persone anziane e vuole aumentare le competenze e le abilità dei caregiver per vedere la persona che c'è dietro colui che necessita assistenza.

#### Potenziale per gli anziani



Il benessere mentale e fisico delle persone anziane aumenta quando i loro talenti vengono visti e utilizzati. Le persone anziane vogliono essere considerate in relazione a quelli che sono i loro obiettivi, motivazioni e valori. Dividiamo le potenzialità delle persone anziane in tre concetti.

1

#### Generatività e contributo per le generazioni

- Prendersi cura dei nipoti
- Essere mentori per le nuove generazioni
- Trasmettere la propria esperienza e saggezza
- Lasciare un'eredità

2

#### Integrità dell'io e soddisfazione per la vita passata

- dare un senso agli eventi della vita passata
- riconciliarsi con eventi e circostanze del passato sviluppando una storia di vita coerente
- comprensione di sé, accettazione di sé e affermazione della vita

3

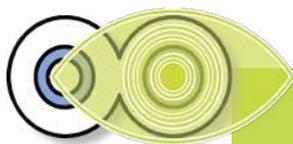
#### Gerotrascendenza e sviluppo spirituale

- Sviluppo spirituale in età anziana
- Nuova autocomprensione, meno egocentrica e più attenta alla relazione con gli altri e alle domande esistenziali
- Le nuove prospettive aiutano gli anziani a far fronte alle sfide e alle perdite



#### Alcune tendenze europee nel sistema sanitario

- ▶ È in atto un passaggio dall'assistenza istituzionalizzata a quella domiciliare e sempre più anziani desiderano continuare a vivere nelle loro abitazioni avvalendosi del supporto necessario
- ▶ Sono stati sviluppati vari concetti e modelli che fanno sì che gli anziani possano rimanere nel proprio ambiente domestico il più a lungo possibile
- ▶ Un ruolo importante è riservato ai caregiver informali. L'assistenza professionale è complementare e di supporto all'assistenza informale
- ▶ In diversi quartieri a misura di anziano sono disponibili strutture necessarie per una vita indipendente. Si stanno sviluppando forme di vita alternative in cui è possibile una combinazione di assistenza professionale e informale (ES: alloggi multigenerazionali o case di cura informali).



## Bisogni sociali

Le relazioni sociali sono necessarie per vivere bene. Soddisfano il bisogno umano di vicinanza, comunanza e sostegno sociale.



### 1 Relazioni personali

- Attaccamento e amore
- Prossimità, intimità, sicurezza
- Apprezzamento e riconoscimento da parte degli altri

### 2 Integrazione sociale

- Appartenenza
- Stare con gli altri
- Condividere norme e valori

### 3 Supporto sociale

- Supporto strumentale (pratico, finanziario, consigli)
- Supporto emotivo (amore, affetto, attenzione, amicizia)
- Supporto nella compagnia (fare delle attività insieme)

Gli anziani scelgono in maniera selettiva le loro relazioni sociali e le attività da svolgere. Hanno particolarmente bisogno di legami emotivi che siano di supporto nell'affrontare limitazioni fisiche, malattie gravi o la perdita di persone care.

## Bisogni di significato



Le persone anziane hanno bisogno di sentire che le loro vite valgono la pena di esser vissute. Alcune emozioni e motivazioni incontrano questo bisogno e danno senso alla vita.

### 1 Avere un obiettivo

- Motivazione nella vita quotidiana
- Es: riposo, amore, vita sana, attività

### 2 Valori e credenze

- Sentire che si sta facendo la cosa giusta
- Es: onestà, essere significativi per qualcuno

### 3 Avere controllo

- Avere controllo delle situazioni e degli eventi
- Avere un'influenza sull'organizzazione della vita

### 4 Autostima

- Percepire se stessi come persone di valore
- Riconoscimento e apprezzamento dagli altri

Le persone anziane potrebbero vivere la propria vita come priva di significato a causa di situazioni drastiche, come ad esempio la perdita di persone care, dei ruoli sociali, o problemi di salute. Queste situazioni portano con sé un senso di vulnerabilità, solitudine o ridondanza. I bisogni di significato possono essere soddisfatti se le persone riescono a dare una direzione alla propria vita e si sentono "viste" dagli altri.

## Come garantire che questi bisogni sociali e di significato siano soddisfatti?

Le relazioni significative sono un'importante fonte di significato. Coloro che non hanno nessuno con cui condividere pensieri ed esperienze di vita possono provare un senso di mancanza di significato. Al contrario, sentire che la vita ha un significato aiuta le persone ad entrare e mantenere relazioni sociali. Le relazioni sociali e l'esperienza del significato nella vita rendono le persone resilienti quando affrontano le avversità.

- ▶ le relazioni personali sono necessarie per sentirsi connessi agli altri e sperimentare un senso di pienezza dei significati
- ▶ la partecipazione sociale in attività condivise, come il volontariato, le associazioni, o la cura degli altri sono fonti importanti di significato
- ▶ la religione e la spiritualità incontrano il bisogno di connessione sociale e i bisogni di significato, ad esempio, avendo un senso di religiosità o un senso di connessione con la natura



## Modulo 2

### 3. Consapevolezza dei bisogni sociali e di significato

La storia di Jean

#### **Gli anni della prima infanzia**

Jean è nata nel 1953 a Goes, nei Paesi Bassi, nell'anno della grande alluvione, dice sempre. È cresciuta in una famiglia numerosa e ha un bel ricordo della sua infanzia. Suo padre era un frutticoltore e lei ha dovuto aiutare a raccogliere le fragole fin da piccola, ma ricorda soprattutto che molti dei suoi amici venivano ad aiutarla perché potevano mangiare tutte le fragole che volevano. I suoi genitori erano profondamente religiosi e lo è anche lei. Ogni domenica va in chiesa. Aveva dodici anni quando sua madre morì. Da quel momento in poi ha dovuto aiutare in casa, insieme alle sue due sorelle. I suoi fratelli maggiori aiutavano il padre nei campi. La domenica era il suo giorno libero e frequentava il movimento giovanile.

#### **Gli anni dell'adolescenza**

Da adolescente, il movimento giovanile era il suo unico sfogo. Non c'era tempo per altre attività a causa dei lavori domestici e delle faccende di casa. Suo padre smise di essere autosufficiente quando lei aveva 16 anni. A quel punto, i suoi fratelli e sorelle maggiori erano già sposati e avevano figli propri. All'interno della famiglia si decise che Jean avrebbe dovuto prendersi cura del padre e quindi smise di andare a scuola. Aveva un legame speciale con il fratello maggiore. La differenza di età era notevole, ma nonostante ciò passavano molto tempo insieme. Il padre aveva venduto il terreno della sua piantagione e nella stalla il fratello armeggiava con le automobili. Jean aiutava e imparava tutto sulle auto dal fratello.

#### **La prima età adulta**

A diciotto anni era l'unica del villaggio a guidare una 2PK rossa. L'aveva riparata da sola. Anche i ragazzi del villaggio se ne accorsero e lei racconta che molti ragazzi vennero al fienile per chiedere se potevano aiutarli a lavorare sulla loro auto. Nessuno di loro era interessato a lei. A diciannove anni ha trovato lavoro come assistente amministrativa in un'impresa di costruzioni. Si occupava sempre di più del padre, ma la sorella, che era casalinga, la aiutava. A vent'anni il padre morì. La grande casa fu venduta e lei poté comprare una piccola casa per sé. Nel frattempo, anche il figlio del suo capo aveva iniziato a lavorare nell'impresa di costruzioni. Jean racconta che spesso lavorava così tardi che perdeva l'autobus per tornare a casa, e che lei lo accompagnava a casa con la sua 2PK. Con il passare del tempo, iniziò a notare che lui perdeva l'autobus di proposito per stare con lei.



### **Vita matrimoniale**

Si sono sposati tre mesi dopo il primo incontro. A 21 anni Jean ha avuto una figlia e due anni dopo un figlio. Diventa casalinga. Quando i figli andavano a scuola, si impegnava in varie associazioni. La sua fede le ha fatto capire che è importante aiutare gli altri. È stata una delle iniziatrici del movimento del commercio equo e solidale nel villaggio e ha raccolto vestiti per le persone che ne avevano bisogno. Ogni anno organizzava un pranzo di beneficenza per il movimento per la pace. Quando i bambini sono cresciuti, ha ripreso a lavorare nell'impresa edile del marito come assistente amministrativa. La sua vecchia 2PK era rotta e insieme al fratello, nel tempo libero, riparò l'auto con vari pezzi di ricambio che andarono a cercare insieme. Dopo 4 anni l'auto era di nuovo funzionante, ma la usava sporadicamente e solo quando c'era bel tempo. Allora andavano al mare con tutta la famiglia. Per due volte un taxi è dovuto venire a prenderli perché l'auto si era rotta sul ciglio della strada.

### **Gli anni della pensione**

Jean ha smesso di lavorare per il marito quando ha compiuto 50 anni. Da tempo aveva problemi di salute e le era stata diagnosticata la sclerosi multipla. Ha interrotto tutte le sue attività di volontariato quando sua figlia ha avuto dei figli. Si è assunta l'incarico di nonna con grande orgoglio e si è data da fare al 100%. Non è stato sempre facile a causa della sua malattia. Il giorno del suo sessantesimo compleanno venne festeggiata con una grande festa. Poco tempo dopo, suo figlio si trasferì all'estero per lavoro. Si sposò lì e lei lo vide solo poche volte all'anno. Questo le causò molto dolore. L'assistenza ai due nipoti diminuì con l'avanzare dell'età. Il marito ha venduto l'azienda e insieme si godono la pensione. Una volta alla settimana, il marito esce con gli amici. In quel giorno, un volontario viene a fare compagnia a Jean.



# Modulo 2

## 4. Persona

Da stampare per i partecipanti.



NAME: Esmee T.

### CHI SONO

Sono affascinata dalla cultura! Insieme ai miei nipoti mi piace passeggiare per la città. Aiuto il mio vicino più anziano. Posso passare ore al telefono parlando con parenti e amici

### 3 motivi per cui mi impegno con te

1. Ti piacciono le conversazioni profonde
2. Hai sempre tempo per un caffè
3. Credi che l'umorismo sia la migliore medicina

### 3 motivi per cui non mi impegno con te

1. Parli troppo di politica
2. Hai trascorso la maggior parte del tempo col tuo smartphone
3. La pazienza non è nel tuo dizionario

### SOGNI

Spero di rimanere indipendente e di vivere il più a lungo possibile nel mio appartamento. Sogno di andare a Vancouver dove vive mia sorella



### TALENTI

Ascoltando le persone, posso aiutarle con piccoli e grandi problemi. A volte dicono che sarei un buon terapeuta. ... hai provato la mia torta fatta in casa?

### BISOGNI SOCIALI

- Essere parte della famiglia, non essere esclusi
- Trascorrere del tempo con persone che la pensano allo stesso modo
- Supporto nella mia famiglia

### BISOGNI DI SIGNIFICATO

- Voglio essere un esempio per i miei nipoti
- Voglio rimanere positivo, nonostante invecchi
- Voglio vivere il più a lungo a casa mia ed essere responsabile della mia vita



NAME: Esmee T.

### Chi sono

### 3 motivi per cui mi impegno con te

1. ....
2. ....
3. ....

### 3 motivi per cui non mi impegno con te

1. ....
2. ....
3. ....



### SOGNI

.....  
 .....  
 .....  
 .....

### TALENTI

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

### BISOGNI SOCIALI

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

### BISOGNI DI SIGNIFICATO

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....



## Modulo 2

### 5. Ricerca le tue doti

Stampa le carte per i partecipanti.

TALENT SCAN

Sezione n.1

ELEMENTI IMPORTANTI NELLA CITTÀ'

In quali di questi problemi vorresti essere coinvolto?

Selezionare max 2 opzioni



UNA CITTÀ' SANA



UNA CITTÀ' ATTENTA AI  
BISOGNI DEI CITTADINI



UNA CITTÀ' PULITA



UNA CITTÀ' INTELLIGENTE



UNA CITTÀ' CHE SI  
PRENDE CURA DEGLI  
ANZIANI






CITTA' E NATURA




UNA CITTA' DOVE  
TUTTI SONO UGUALI



UNA CITTA'  
ACCESSIBILE

ALTRO



Se l'ospite seleziona «altro», annotarlo nella scheda riepilogativa

TALENT SCAN  
Sezione n.2

LUOGHI

In quali luoghi ti piace andare?

Selezionare 3 oppure 5 tessere



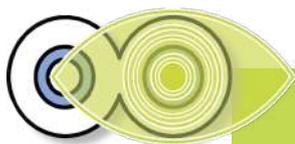

CASA



IL VICINATO




SUPERMERCATO





BIBLIOTECA



MEZZI DI TRASPORTO



STAZIONE



CENTRO RICREATIVO



PARCO



MERCATO



VICINI DI CASA



ANDARE IN MACCHINA





CINEMA/TEATRO



RISTORANTE/PUB



MUSEO



CLUB SPORTIVO



FAMIGLIA/AMICI



PANCHINA



CANTIERE



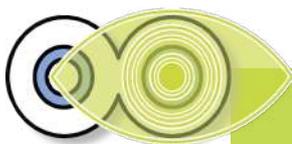
NEGOZIO



CHIESA

ALTRO

Se l'ospite seleziona «altro», annotarlo nella scheda riepilogativa





TALENT SCAN  
Sezione n.3

PUNTI DI FORZA (fisici)

Quali di queste attività sei in grado di fare bene?

Selezionare 1 oppure 3 tessere



CAMMINARE



PEDALARE



SERVIRE



CUCINARE/FARE DOLCI



SISTEMARE



ESSERE CREATIVI



USARE IL TELEFONO



SeeMe



PULIRE



FARE GIARDINAGGIO

SeeMe



PORTARE



USARE IL COMPUTER

SeeMe



FOTOGRAFARE



SUONARE UNO STRUMENTO

SeeMe



RIPARARE/COSTRUIRE



GUIDARE

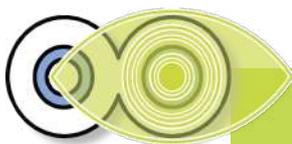
SeeMe



VENDERE/CONSIGLIARE



CUCIRE



TALENT SCAN  
Sezione n.4

ASSETTO MENTALE

Quali tra queste attività sai fare bene?

Selezionare 1 oppure 3 tessere



CONTROLLARE



PUZZLE/  
GIOCHI DI SOCIETA'



FARE I CALCOLI



INVESTIGARE/TROVARE



SCRIVERE



LEGGERE



FARE FILOSOFIA





OSSERVARE



ORGANIZZARE



ORIENTARSI/  
TROVARE SOLUZIONI

ALTRO



Se l'ospite seleziona «altro», annotarlo nella scheda  
riepilogativa

TALENT SCAN  
Sezione n.5

CONOSCENZE E INTERESSI

Su quale argomento conosci molto?  
Cosa ti piace fare?

Selezionare 1 oppure 3 tessere



ARTE



STORIA



PRENDERSI CURA  
DEGLI ALTRI



TECNOLOGIA



NATURA

SeeMe



ANIMALI

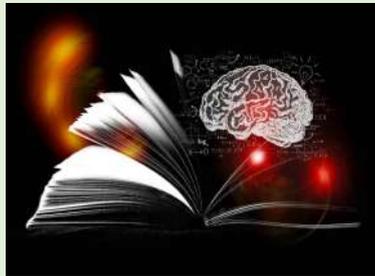


FARE FOTO/VIDEO

SeeMe



COMPUTER



IMPARARE

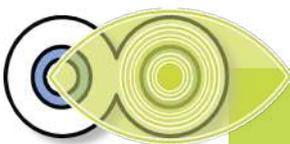
SeeMe



CLIMA



BAMBINI/NIPOTI





LINGUE



TRASPORTI/SPOSTAMENTI

SeeMe



NOTIZIE/ ATTUALITA'



SPORT

SeeMe



CULTURE DIVERSE



MUSICA

ALTRO

SeeMe

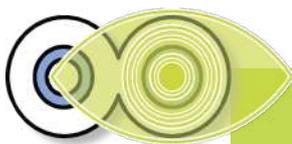
Se l'ospite seleziona «altro», annotarlo nella scheda riepilogativa

TALENT SCAN  
Sezione n.6

FORZA SOCIALE

Quali tra queste azioni sai fare bene?

Selezionare 1 oppure 3 tessere





ASCOLTARE



PARLARE



PRENDERTI CURA DI QUALCUNO

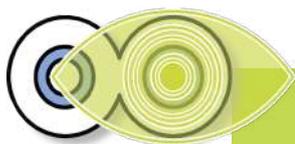


PARLARE AL TELEFONO

ALTRO



USARE LE APP E  
MANDARE EMAIL





PRESENTARE /  
INTERVISTARE /  
FARE DA GUIDA

TALENT SCAN  
Sezione n.7

OSTACOLI

Quali tra questi potrebbero essere un  
problema per te?

Selezionare 1 oppure 3 tessere

Seeme



VISTA



UDITO

Seeme



MOBILITA'



CAPACITA' MANUALI

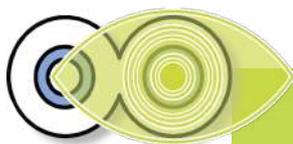


MEMORIA/ RICORDARE



PARLARE

Seeme



TALENT SCAN  
Sezione n.8

IMPORTANTE PER TE

Quali tra queste attività ti piacerebbe provare per la prima volta?

Selezionare max 2 tessere



USCIRE ALL' APERTO



IMPARARE COSE NUOVE



ESSERE DI AIUTO



INCONTRARE PERSONE

ALTRO



Se l'ospite seleziona «altro», annotarlo nella scheda riepilogativa



## Modulo 2

### 6. Domande approfondite

Stampa le seguenti domande per i partecipanti.

Cosa vorresti vivere in una relazione di cura, ma non puoi?	Tra dieci anni, come si sarà evoluta l'assistenza agli anziani?
Qual è la tua priorità quando ti prendi cura di qualcun altro?	Di cosa ti preoccupi nel tuo rapporto di cura con gli anziani?
Se improvvisamente avessi bisogno di cure, qual è la prima cosa che diresti al tuo caregiver di modo che possa tenerlo in considerazione?	Cosa pensi possa migliorare il rapporto di cura che hai?
Cosa apprezzi di più in una relazione di cura?	Quando hai capito che volevi esser parte nel rapporto di cura?
Quali bisogni sei bravo a rilevare in coloro che hanno bisogno di cure?	Quali sono i tuoi tre valori principali nel lavoro di cura?



## Modulo 3

### 7. La storia di Luke

Un' assistente sociale è stata invitata a visitare un uomo anziano single. Quest'uomo voleva continuare a vivere a casa propria il più a lungo possibile e a questo scopo aveva fatto apportare diverse modifiche alla sua abitazione. C'è stato un intervento che ha reso l'uomo particolarmente felice, e lei ama condividere questa storia:

*“A casa di un anziano abbiamo fatto installare, tra le altre cose, un allarme di sicurezza personale, perché si trattava di una persona sola, non sposata, senza assistenza familiare. Questo implica un rischio. Inoltre, nella sua casa c'erano molte scale. E non aveva un telefono portatile. Il telefono era al piano di sotto e lui di solito si sedeva sul retro della casa, dove poi avrebbe dovuto salire diverse rampe di scale per raggiungere il telefono. Da allora ha usufruito del servizio pasti a domicilio e, grazie a questo servizio, ora qualcuno si reca regolarmente a casa sua e lo aiuta a controllare le cose.*

*Noi cerchiamo di prestare attenzione ai piccoli dettagli per sapere cosa rende felici le persone. Aveva ancora molti video dei viaggi che faceva, ma non aveva più un lettore video, oggi ci sono solo lettori DVD. Allora siamo andati a cercare anche quello e ne abbiamo trovato uno. In effetti, questo ha significato molto per quell'uomo. Abbiamo anche pensato che, facendo un piccolo extra, avremmo ricevuto molta più fiducia da lui.”*



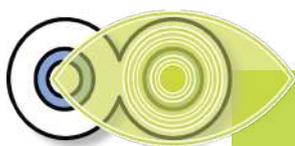
## Modulo 3

### 8. Il momento del mango

#### Storia di una paziente: “Lavarsi i capelli”

Dopo un lungo intervento chirurgico (ricostruzione del seno), puoi alzarti dal letto. I tuoi capelli sono arruffati e privi di forma. Ti senti come una paziente, stanca, vulnerabile, un po' smarrita. Dopo la cura, l'infermiera chiede: "Vuole farsi lavare i capelli?". Se vuole, passerà una nostra volontaria". Mi è sembrato molto bello essere viziata per un momento. E quel breve momento di lavaggio dei capelli ha significato molto per me: Mi ha fatto sentire subito meglio. Anche la conversazione con la volontaria è stata piacevole. Lei stessa aveva sconfitto il cancro al seno e potevo parlare con lei di ciò che mi passava per la testa. Non ho dovuto spiegare tutto, lei ha capito di cosa avevo bisogno. È bello che ci siano persone che fanno disinteressatamente qualcosa per gli altri. Queste persone, questi volontari, meritano un complimento per il loro impegno e regalano quei piccoli momenti di grande valore.

Storia tratta e tradotta da <https://mangomoment.org/haren-waren/>



## Modulo 3

### 9. Esercizio alternativo 'Madame V'

V è una signora di 67 anni. Rientra nell'assistenza sociale del comune dopo anni di dipendenza dal gioco d'azzardo e dall'alcol. Ha avuto un matrimonio infelice e non ha una famiglia su cui poter contare. Solo uno dei suoi due figli la vede ancora, ma raramente. I figli le rimproverano di non essersi mai occupata di loro.

A causa di anni di abuso di alcol, ha diversi problemi medici che rendono impossibile una vita indipendente. È ricoverata nella casa di cura da due anni ed è la più giovane residente. La seconda degente più giovane ha 81 anni. Ha pochi rapporti con gli altri residenti. Alcuni residenti la accusano addirittura di non pagare la retta della casa di riposo, mentre loro stessi devono sborsare molto denaro per rimanervi. Dicono che il Comune paga per V, mentre lei non ha mai contribuito alla società. V spesso ha anche delle discussioni con il personale della casa di riposo. Si rivolge a loro quando vede che il personale è scortese con i residenti o parla con condiscendenza agli anziani. Vuole difendere i più deboli, dice spesso. Per coloro che non hanno voce. Poiché non è mai stata ascoltata, ora vuole ascoltare gli altri e aiutare dove può.

Non partecipa alle attività di gruppo. Spesso le trova infantili. Aiuta invece con le decorazioni natalizie, come l'addobbo dell'albero di Natale. Lo fa anche in tutta la struttura. V dice che la sua vita ora ha poco significato.

**Quali bisogni sociali e di significato i partecipanti possono individuare nella signora V?**



# Modulo 4

## 10. Nota di una pagina

Da stampare per i partecipanti.



### "VEDERE" le potenzialità e i bisogni sociali e di significato degli adulti anziani che ricevono assistenza

#### Competenze e abilità per "vedere" gli anziani

Gli anziani sono persone con delle capacità, dei talenti e dei bisogni. Per "vederli" davvero e fornire loro un'assistenza centrata sulla persona, i caregivers hanno bisogno di acquisire delle abilità e delle competenze specifiche. Competenze e abilità utili a vedere l'unicità dei propri assistiti, per cogliere le loro specifiche capacità e necessità, e per fornire un'assistenza che connetta alla persona che c'è dietro ai utenti.

#### 1 Competenze e abilità relazionali

Competenze necessarie per entrare in contatto con gli assistiti

##### Competenze comunicative: comunicare bene

- Attenzione (guardare e ascoltare)
- Reattività (rispondere ad altri)
- Essere in grado di captare e interpretare i segnali

##### Competenze empatiche: essere in grado di empatizzare con le situazioni altrui

- Attenzione al punto di vista dell'altro
- Cercare di capire l'esperienza dell'altro
- Mostrare compassione per la situazione che l'altro vive

##### Competenze ermeneutiche: essere in grado di interpretare il significato delle situazioni

- Riconoscere gli strati di significato nelle storie dell'assistito
- Ascoltare e comprendere la "domanda dietro la domanda"
- Riconoscere la reciprocità, es. un utente è grato per le cure che ha ricevuto

#### 2 Competenze per conoscere gli utenti

Competenze che fanno percepire gli assistiti come persone, viste e riconosciute in quanto tali

##### Competenze culturali: essere consapevoli del proprio background culturale

- Consapevolezza degli stereotipi, ad es. su etnia, genere, classe e sessualità
- Essere sensibili alle credenze, alle abitudini e ai comportamenti di persone appartenenti a diversi gruppi di popolazione

##### Competenze morali: riconoscere e soppesare valori e dilemmi morali

- Riconoscere e discutere circa le varie dimensioni morali delle situazioni
- Consapevolezza circa i valori, l'integrità personale e la saggezza del nostro assistito
- Essere sensibile e riconoscere sia i dilemmi morali e ai conflitti

##### Competenze narrative: essere attenti alle storie (di vita) di qualcuno

- Essere sensibile alle storie (di vita) dell'altra persona
- Ascoltare ed essere toccati dalle storie dell'altra persona
- Comprendere il significato della storia (di vita) per l'altra persona

#### 3 Competenze per attuare interventi appropriati

Competenze per ricercare (insieme all'utente) un aiuto adeguato

##### Competenze di intervento: essere in grado di selezionare gli interventi appropriati

- Notare i problemi degli utenti
- Trovare soluzioni creative e attuabili "su misura" per lo specifico assistito

##### Potenziamento delle competenze: incoraggiare le persone a utilizzare i propri talenti

- Riconoscere i punti di forza e i talenti degli assistiti
- Incoraggiare gli assistiti a utilizzare le proprie capacità e capacità

#### 4 Competenze relative al proprio ruolo e alla propria funzione

Competenze per mantenere il proprio benessere

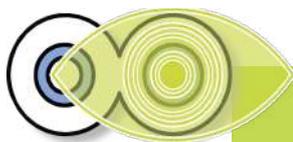
##### Competenze di ruolo: conoscere il proprio ruolo e le proprie funzioni e agire di conseguenza

- Conoscere i propri ruoli e le proprie funzioni
- Gestire il proprio ruolo e le responsabilità ad esso connesse
- Attenzione sia ai bisogni "pratici" che ai bisogni "sociali"

##### Competenze per la cura di sé: assumersi la responsabilità del proprio benessere

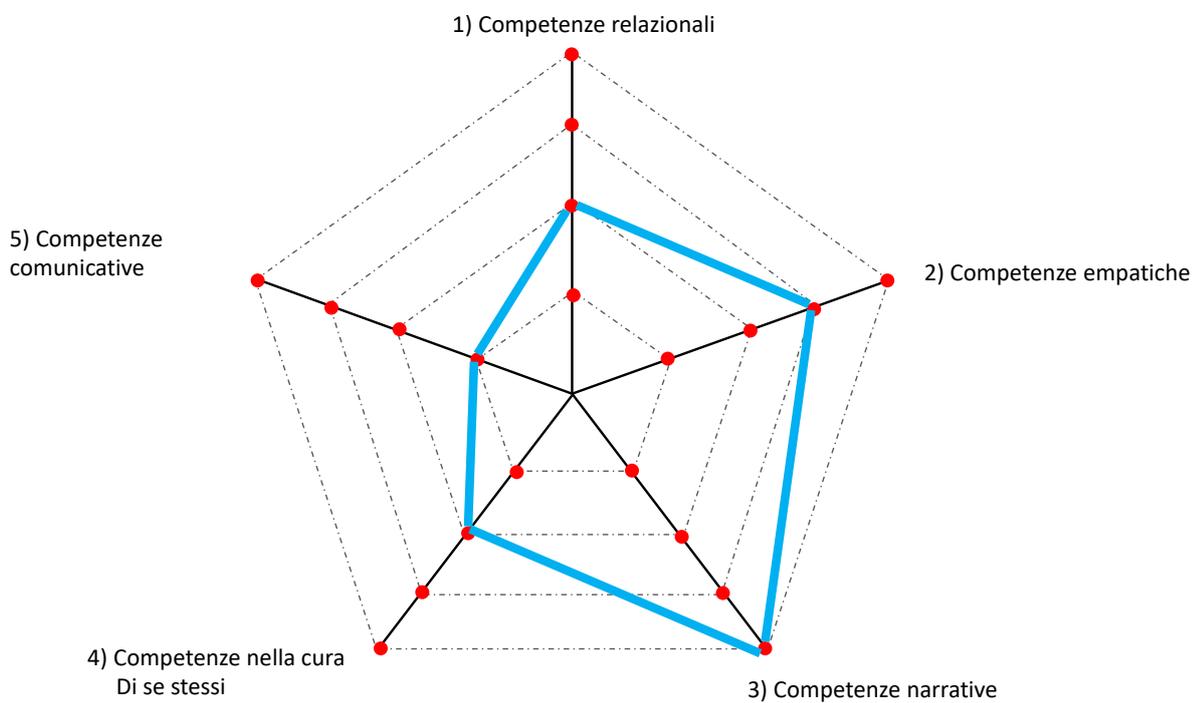
- Consapevolezza dei limiti e delle restrizioni personali (conoscenza di sé)
- Mantenersi entro i propri limiti
- Prendersi cura della propria salute

2) .....



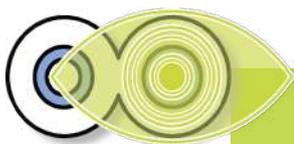
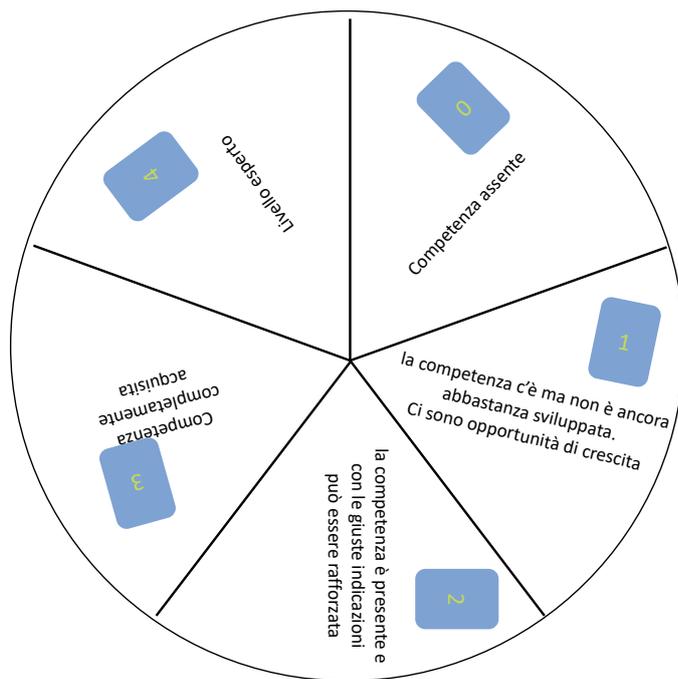
# Modulo 4

## 12. Esercizio della ragnatela (compilato)



## Modulo 4

### 13. Esercizio della ragnatela, livello di competenza raggiunto



## Modulo 5

### 14. 6 “cappelli pensanti”

#### “IL CAPPELLO DEL CONDUTTORE” (blu)

*Quando tu o la tua squadra siete in modalità cappello blu, vi concentrate sul controllo dei vostri pensieri e sulla gestione del processo decisionale. Hai un ordine del giorno, chiedi riassunti e raggiungi conclusioni*

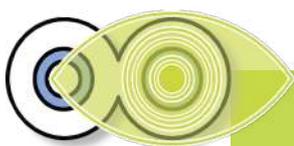


Source: Six thinking hats (De Bono, 2017)

#### “ IL CAPPELLO CREATIVO” (verde)

*Il cappello verde rappresenta il pensiero creativo. Quando "indossi" questo cappello, esplori una serie di idee e possibili modi per andare avanti*

Source: Six thinking hats (De Bono, 2017)



## "IL CAPPELLO DEL CUORE" (Rosso)

*Questo cappello rappresenta i sentimenti e gli istinti. Quando sei impegnato in questo tipo di pensiero, puoi esprimere i tuoi sentimenti senza doverli giustificare logicamente*

Source: Six thinking hats (De Bono, 2017)



## " IL CAPPELLO DELL'OTTIMISTA" (Giallo)

*Con il pensiero del cappello giallo, guardi i problemi con uno sguardo il più positivo possibile. Accentua i vantaggi e il valore aggiunto che potrebbero derivare dalle tue idee*



Source: Six thinking hats (De Bono, 2017)



## "IL CAPPELLO DEL GIUDIZIO" (Nero)

*Questo cappello riguarda l'essere prudenti e valutare i rischi. Impieghi un giudizio critico e spieghi esattamente perché hai delle preoccupazioni.*

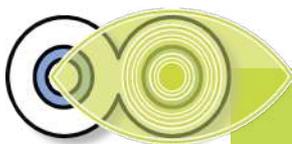
Source: Six thinking hats (De Bono, 2017)



## "IL CAPPELLO DEI FATTI" (Bianco)

*Il cappello bianco rappresenta la raccolta di informazioni. Pensa alle conoscenze e alle informazioni che hai già raccolto, ma anche alle informazioni che ti mancano e a dove puoi andare per ottenerle.*

Source: Six thinking hats (De Bono, 2017)



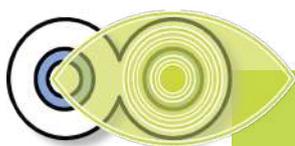
## VEDERE

Vediamo che c'è molto sotto la superficie delle persone anziane: vediamo di più i loro bisogni sociali e di significato



## IMPARARE

Impariamo a conoscere le opportunità per riconoscere e sintonizzarci con i bisogni sociali e di significato



## SENTIRE

Sentiamo di poter essere agenti di cambiamento nel riconoscere e sintonizzarci con i bisogni sociali e di significato



## LAVORO

Lavoriamo insieme in una squadra per un cambiamento sostenibile nelle organizzazioni

