

LA PIANIFICAZIONE PERSONALE DEL FUTURO

Uno strumento efficace per portare dei cambiamenti nella propria vita

Alla base della Pianificazione personale del futuro (PPF) - chiamata anche Pianificazione centrata sulla persona (PCP) - vi è la concezione di una società inclusiva nella quale ogni persona è accolta e apprezzata per ciò che è in grado di fare e per le sue idee, indipendentemente dalla sua origine, storia o disabilità.

1) Che cos'è la PPF¹?

La **Pianificazione personale del futuro** è un modo diverso e dinamico di immaginare il proprio futuro assieme agli altri.

È costituita da un insieme di metodi, procedure e processi di animazione che vengono sviluppati all'interno di gruppi di lavoro (gruppi di sostegno) e che permettono alle persone, indipendentemente dalla loro situazione e dalla presenza o meno di una forma di disabilità, di porsi delle domande sul proprio futuro, sviluppare degli obiettivi di cambiamento e di raggiungerli passo dopo passo. Il focus viene messo sul "come" vuole vivere la persona che intraprende una pianificazione e di quali aiuti ha bisogno per realizzare i propri progetti.

La PPF poggia sulla convenzione ONU per i diritti delle persone con disabilità, la quale prevede che queste ultime possiedano i medesimi diritti e le stesse opportunità di scelta rispetto alle altre persone. Essa fa parte di un più ampio progetto nato negli USA denominato "Supported living" ("Vita supportata"). Questo approccio prende forma negli anni Ottanta nei paesi di lingua inglese con l'appellativo di "Person Centred Planning". Ad oggi questo strumento è applicato in molti paesi tra i quali la Germania, l'Italia e l'Austria ed esiste una rete europea di associazioni e professionisti che la promuove.

A chi si rivolge?

La Pianificazione personale del futuro mira a un **miglioramento della qualità di vita** e all'**autodeterminazione** delle persone con o senza disabilità. Può essere applicata anche in ambito lavorativo, per esempio nei team, e si rivolge quindi sia ai singoli sia ai gruppi.

¹ Informazioni tratte dal documento "Il metodo di pianificazione centrato sulla persona (PCP)", anno 2010, AEB, Associazione genitori di persone in situazione di handicap, Bolzano e sul flyer "Pianificazione del futuro: insieme diventa più facile. La pianificazione centrata sulla persona spiegata in un linguaggio facile e difficile" di WINKLUSION/atgabbes/cerebral

La PPF si è dimostrata particolarmente efficace per le persone con disabilità perché impiega diversi metodi di pianificazione (i cosiddetti formati) e può quindi essere adattata ai bisogni del protagonista. Alcuni metodi di illustrazione creativi, come i pittogrammi, sono per esempio utilizzati soprattutto con le persone che hanno difficoltà ad esprimersi o presentano limitazioni a livello cognitivo. Anche nell'ambito della disabilità cognitiva non sono richiesti dei requisiti specifici per poter fare una PPF. L'importante è che vi sia la volontà di cambiare qualcosa nella propria vita, sia essa espressa direttamente dalla persona o da chi se ne occupa da vicino. *“L'unico presupposto fondamentale è la voglia di agire e non solo di reagire, anche se non è chiara la direzione che si vuole prendere”.*

Nel 2012, alcuni specialisti, familiari di persone con disabilità e altri interessati hanno fondato l'associazione “WINKlusion” con l'intento di sviluppare la PPF in Svizzera e formare i futuri facilitatori e facilitatrici. La sede centrale si trova a Winterthur. Vi sono rappresentanze regionali a Berna, Basilea, Lucerna, San Gallo, Glarona, Coira e presto anche in Ticino.

Ad oggi, in Svizzera, più di un centinaio di persone con disabilità hanno svolto una pianificazione personale del futuro e alcune istituzioni hanno scelto di impiegare questo strumento per promuovere dei cambiamenti e migliorare la qualità di vita dei loro ospiti.

Come funziona la PPF?

La **Pianificazione personale del futuro** è un processo individuale che viene supportato da un **gruppo di sostegno** composto da familiari, amici, colleghi, personale specializzato e, più in generale, da tutte quelle persone che facendo parte del contesto sociale del protagonista possono apportare delle risorse utili al raggiungimento degli obiettivi. Tutte le persone che compongono il gruppo di sostegno sono fondamentali per la diversità dei punti di vista, l'inventiva delle soluzioni e l'aiuto al pianificatore. In sintesi per far sì che il cambiamento desiderato possa effettivamente concretizzarsi.

Il facilitatore (o la facilitatrice) è una persona che ha seguito una formazione specifica. Il suo ruolo è quello di agevolare la conversazione nel gruppo e guidare il processo di pianificazione. È a lui/lei che ci si rivolge per chiedere di svolgere una pianificazione. Lo può fare il diretto interessato o qualcuno della sua cerchia di persone significative.

Dopo una prima importante fase di preparazione, il pianificatore o protagonista invita il gruppo di sostegno **all'incontro di pianificazione** (chiamato anche “Festa del futuro”). Durante questo incontro si vagliano i desideri e le motivazioni della persona interessata, si fissano gli obiettivi concreti e si stabiliscono i passi da intraprendere per raggiungerli. Il tutto avviene sotto la supervisione del **facilitatore** e del **coordinatore grafico**. Quest'ultimo ha il compito di **trascrivere** e **visualizzare attraverso immagini e parole** quanto avviene durante la seduta. Il protagonista, dovrà sempre essere coinvolto il più possibile, anche nell'invito dei partecipanti e nella scelta del luogo della festa del futuro. Questo dovrà essere un posto dove

la persona sente di essere a proprio agio e nel quale vi sia sufficiente spazio per posizionare i grandi fogli del processo di pianificazione, le fotografie che parlano della persona o, ancora, gli oggetti particolarmente significativi per la stessa. L'atmosfera riveste una grande importanza e dovrà quindi essere accogliente e informale. È fondamentale che anche i partecipanti si sentano a loro agio, in quanto durante l'incontro potrebbero venir sollevati argomenti sensibili.

Il gruppo di sostegno può essere più o meno numeroso, sebbene il contributo maggiore dipenda dalla quantità di solidarietà che vi circola e non dalla sua dimensione. All'interno del gruppo viene definita anche la figura dell'**agente**, il suo compito è quello di tenere sotto controllo il progresso delle attività/azioni pianificate, sollecitando regolarmente le varie persone.

Metodi o formati di pianificazione

Per ogni pianificazione possono essere utilizzati più metodi di lavoro, a dipendenza della situazione specifica del protagonista, della sua rete di sostegno e degli obiettivi della pianificazione. Eccone un elenco con alcuni esempi grafici:

- 1) Che cosa è importante per la persona / che cosa ritiene importante la persona stessa?
- 2) Metodo Donut
- 3) Cosa funziona, cosa non funziona
- 4) Trovare il sostegno adatto
- 5) 4 domande più 1
- 6) I miei luoghi preferiti
- 7) I cerchi delle relazioni
- 8) La pagina che parla di me
- 9) La cartina dello spazio sociale
- 10) La mappa del tesoro familiare
- 11) MAPS
- 12) PATH



Quanto può durare?

La durata di una pianificazione è variabile. Può svolgersi nell'arco di poco più di un mese, come può durare anche un anno, a dipendenza di quanto dura la fase preparatoria.

Quali sono i costi?

I costi di una pianificazione sono principalmente quelli legati al lavoro del facilitatore e del coordinatore grafico. La tariffa oraria base applicata da WINKlusion è di CHF 120.00 all'ora.

2) Maggiore autodeterminazione per le persone con disabilità

L'Associazione Cerebral Svizzera ha commissionato all'Università intercantonale di pedagogia terapeutica di Zurigo uno studio sulla PPF rivolta a persone con disabilità e il relativo contributo ai cambiamenti. Dallo studio presentato nel 2017 è emerso come, dopo una PPF, le persone con disabilità *“mostrino un aumento della propria autostima e dell'autodeterminazione grazie al fatto di aver considerato maggiormente i propri desideri, aver preso individualmente delle decisioni e aver fatto valere i propri interessi”*. Oltre a ciò, *“sperimentano il raggiungimento di cambiamenti in ambiti di vita rilevanti quali abitazione, lavoro e tempo libero”* e *“scoprono nuove possibilità di sviluppo nella configurazione della loro vita”*². Dallo studio emerge, inoltre, che la PPF può generare cambiamenti negli istituti e nello specifico *“contribuisce a una sensibilizzazione verso le esigenze delle persone con disabilità, in grado di generare cambiamenti positivi”*. Nonostante non sia stato possibile effettuare una valutazione completa del cambiamento in tutte le dimensioni della qualità di vita, lo studio ha comunque permesso di riscontrare *“un grande miglioramento della qualità di vita nei settori del lavoro, dell'abitazione e del tempo libero, seppur con qualche differenza tra persona e persona”*.

3) La PPF arriva anche in Ticino!

Atgabbes è convinta della bontà della PPF e ha deciso di investire delle risorse per fare in modo che anche in Ticino venga offerta questa possibilità alle persone con disabilità.

² Comunicato stampa Cerebral del 4 settembre 2017 sullo Studio sulla pianificazione personale del futuro (PPF) con persone con disabilità fisica e intellettuale e sul suo contributo ai cambiamenti.

Al momento abbiamo solo una persona che ha concluso la formazione in PPF, ma grazie al sostegno di una collega di Lucerna, è già possibile svolgere delle pianificazioni anche in Ticino. Le prime tre pianificazioni che si svolgeranno in Ticino saranno sponsorizzate da Cerebral.

Nel 2020 atgabbes, in collaborazione di Cerebral e WINklusion, organizzerà una formazione in Ticino **aperta a tutti gli interessati, siano essi professionisti, familiari o persone con disabilità**. La formazione sarà composta da sei moduli della durata di due giorni l'uno. Per avere un'idea di come sarà strutturata la formazione potete consultare il sito: <https://www.winklusion.ch/wp-content/uploads/2019/02/Flyer-C5-2019-français-avec-aperçu-des-dates-et-bulletin-dinscription.pdf>

Per qualsiasi ulteriore informazione sulla Pianificazione personale del futuro, potete rivolgervi alla nostra Associazione scrivendo una e-mail a: pianificazonedelfuturo@atgabbes.ch oppure telefonando allo 091 972 88 78

Altri link utili:

- Lo studio “Pianificazione personale del futuro con persone con disabilità fisica e intellettiva e il suo contributo ai cambiamenti” può essere consultato e scaricato qui: <https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/prestations/le-concept-ppa/>
- WINklusion, Hermannstr. 7, 8400 Winterthur www.winklusion.ch, www.persoenliche-zukunftsplanung.ch, kontakt@persoenliche-zukunftsplanung.ch, Tel. +41 (0)77 453 20 44
- Maggiori informazioni sulla pianificazione personale del futuro per le persone con disabilità: <http://www.vereinigung-cerebral.ch/de/tat/persoenliche-zukunftsplanung/>
- Informazioni generali sulla pianificazione personale del futuro in Svizzera, Germania, Lussemburgo e Italia: <http://www.persoenliche-zukunftsplanung.ch>

atgabbes
associazione ticinese di genitori ed amici
dei bambini bisognosi di educazione speciale

WINklusion
Gemeinsam einfach machen.

Cerebral