

## AUTONOMIA

Il percorso che ogni persona compie nell'età evolutiva è un cammino verso l'autonomia, intesa come "la capacità di una persona di affrontare e prendere decisioni di propria iniziativa, la capacità di saper e poter fare le cose da soli e poter essere sé stessi". Per "essere" bisogna "diventare", sviluppando le proprie potenzialità e risorse, la percezione realistica delle proprie capacità e competenze e massima intenzionalità nel loro utilizzo. La libertà di essere sé stessi passa necessariamente per la possibilità di sviluppare la propria indipendenza. L'educazione è l'impegno a favorire questo viaggio della libertà attraverso la realtà quotidiana, imparando ad affrontarla, a prendere decisioni, a dare risposte alle provocazioni che ci pone, cioè ad essere responsabili, quindi indipendenti. Essere autonomi significa:

- 
- *Sviluppare una sana autostima, avendo più rispetto verso sé stessi ma anche verso gli altri, essere più sicuri, più positivi, socievoli, disponibili.*
  - *Avere fiducia in sé stessi, imparando a concentrarsi su di sé, sulla propria consapevolezza e conoscenza di sé.*
  - *Gestire al meglio le difficoltà che la vita ci mette davanti: capacità di esprimere i propri bisogni e i propri desideri, di fare delle scelte.*
  - *Avere la consapevolezza di sé stessi per riconoscere le proprie emozioni, sapere quali compiti sono svolti bene, definire i propri bisogni per comprendere cosa è importante per sé, essere consapevoli della propria capacità di ascoltare attentamente gli altri, senza giudizio, in modo da costruire delle relazioni autentiche.*
  - *Essere più responsabili, imparare ad assumere degli atteggiamenti riflessivi e non impulsivi*
- 

Il percorso verso l'autonomia, per ognuno di noi, si svolge in famiglia: inizia con l'acquisizione delle prime autonomie personali, come la capacità di gestirsi da soli nei bisogni primari: spostarsi, camminare, nutrirsi da soli, vestirsi/svestirsi, usare correttamente i servizi igienici e lavarsi, aver cura del proprio corpo e delle proprie cose, saper comunicare con gli altri. Spesso, quando accogliamo i bambini o i ragazzi, capita che, inizialmente, tutto questo venga a mancare a causa dei loro trascorsi familiari ed è nostro compito far sì che possano imparare dalle piccole azioni quotidiane, anche osservando i più grandi, a prendersi cura di sé. Attraverso l'accompagnamento dell'adulto, i bambini imparano ad acquisire le proprie autonomie, importanti per la crescita personale, così che possano prima di tutto stare bene con sé stessi.



## IL NOSTRO PERCORSO

Durante l'**età prescolare**, aiutiamo i bambini a recuperare le autonomie che non hanno ancora raggiunto. È importante insegnare loro a fare le cose più semplici, quindi a mangiare da soli, a vestirsi da soli, a sistemare i propri giochi, a curare l'igiene personale.

La routine è importante affinché i bambini possano acquisire queste azioni e poterle fare proprie in modo che diventino automatiche.

Per far sì che ciò accada attuiamo diverse strategie: usiamo ad esempio il metodo ABA, usato nel mondo dell'autismo, ma efficace per ogni bambino. Questo utilizza delle immagini che rappresentano i passaggi per compiere le diverse azioni per la cura personale (lavarsi, vestirsi, riordinare i giochi, ecc.).

Il raggiungimento delle autonomie genera un senso di responsabilità e di realizzazione nel bambino e influisce in modo positivo sul miglioramento della qualità di vita.

**Tra i 5 e gli 8 anni** i bambini hanno imparato a lavarsi e vestirsi da soli, aiutano i più grandi ad apparecchiare e sparecchiare. Li affianchiamo e li supportiamo nelle piccole azioni, ad esempio, nella preparazione dello zaino per la scuola o nella sistemazione della cameretta, affinché possano imparare l'ordine e l'organizzazione.

A causa delle loro fragilità tutto questo richiede tempo e attenzione da parte dell'adulto che accoglie con dolcezza e disponibilità le richieste di aiuto.

Accompagniamo i bambini nella scelta dello sport da praticare, senza forzare le loro decisioni: non sempre i bambini sono pronti a mettersi in gioco e a confrontarsi con i coetanei o con altri adulti, diversi dalle maestre della scuola o dai familiari. Nonostante praticare uno sport sia salutare, riteniamo importante dare loro il giusto tempo, tenendo sempre conto delle loro fragilità e della poca sicurezza nelle proprie capacità.

**A partire dagli 8 anni** introduciamo i bambini nell'ambito delle faccende domestiche, adattandole all'età. Attraverso diverse strategie educative, i bambini imparano a mettere in ordine la stanza, il loro armadio, a fare la cucina insieme agli adulti, facendo diventare tutto ciò una routine quotidiana. Inoltre, attraverso le attività laboratoriali, grandi e piccoli, imparano a cucinare e a prendersi cura dell'orto e del giardino.

**A partire dalla scuola secondaria di primo grado**, viene consegnato ai ragazzi il telefono per le chiamate e il collegamento a internet: esso, infatti, viene utilizzato anche a scuola. Nel telefono



viene installata l'app di Parental Control, Family Link, grazie alla quale abbiamo la possibilità di vedere cosa fanno, cosa scaricano sullo smartphone, quanto lo utilizzano e dove si trovano.

L'utilizzo del telefono e dei social viene adattato in base all'età:

- 
- *12-14 anni: 2/3 ore di utilizzo, con il blocco delle App e dei siti inadatti e lo spegnimento alle 21:30 in settimana e alle 23:00 nei weekend. Introduzione all'uso di WhatsApp con i primi contatti;*
  - *14-16 anni: 3 ore, di utilizzo con blocco alle 22:00 in settimana e spegnimento alle 23.00 nei weekend. Utilizzo dei social, BeReal, Snapchat, Instagram e Tik Tok.*
  - *16-18: viene lasciata la giusta libertà nell'uso del telefono, per responsabilizzare ragazzi e ragazze sul corretto impiego.*
- 

Periodicamente controlliamo i dispositivi, anche con le ragazze presenti, chiedendo sempre il consenso; questo per rafforzare il rapporto di fiducia creato, senza farle sentire troppo a disagio. Sanno che per qualsiasi cosa possono fidarsi e confrontarsi con gli adulti di riferimento.

Intorno ai 14 anni le ragazze iniziano a uscire in autonomia con le amiche o i compagni/e di scuola, dopo aver concordato prima il luogo e il rientro.

Dai 14 anni, ad ogni ragazzo/a viene data la prima paghetta (10 euro al mese) con l'obiettivo di arrivare alla gestione autonoma del loro denaro.

**A partire dai 16 anni** i ragazzi/e che arrivano prima da scuola aiutano l'adulto nella preparazione del pranzo. Chi pratica sport, impara a organizzarsi anche con le amiche, per andare o tornare dagli allenamenti.

Arrivati ai 16 anni, la paghetta mensile passa a 20 euro e ognuno, col supporto degli educatori, scarica l'App FustBudget, dove, in condivisione con un educatore, segna tutte le proprie spese e risparmi in modo da avere in ogni momento la possibilità di vedere come ha gestito i suoi soldi fino a quel momento. Le prime 2 o 3 volte il controllo è settimanale e va a diminuire di frequenza fino a quando il minore o il maggiorenne raggiunge la piena autonomia nella gestione del denaro.

Iniziano le prime responsabilità anche nel prendersi cura delle proprie cose, in particolare dei propri abiti. Proponiamo alle ragazze/i di fare il proprio bucato, sotto la supervisione di un adulto, una volta alla settimana, e di stenderlo alla fine del ciclo di lavaggio. Ad asciugatura completata le ragazze/i



dovranno ritirare i propri capi per riporre quelli da stirare nella stileria, e il resto a posto negli armadi e nei cassetti.

Dai 16 anni in poi, inoltre, alcune delle ragazze iniziano i primi lavori stagionali, imparando a gestire i propri soldi e a utilizzarli nel modo corretto. Per chi lavora viene aperto un conto corrente intestato al minore. Riteniamo inoltre, che sia importante che le ragazze/i prendano la patente B.

Durante il periodo adolescenziale l'ascolto diventa un fattore molto importante per costruire un rapporto di fiducia stabile nel sostegno all'autonomia.

L'ascolto diventa di tipo qualitativo, attento ai bisogni dell'altro, quando gli adolescenti provano libertà e accettazione nell'espressione del proprio sé e un senso di vicinanza, in un'atmosfera che esclude il giudizio.

L'ascolto è una strategia fondamentale per il bisogno di autonomia e per far crescere la relazione: quando ascoltiamo gli adolescenti, quest'ultimi si sentono capaci di prendere decisioni che esprimono i loro interessi personali, permettono loro di sentirsi coerenti e liberi e nello stesso tempo percepiscono un rapporto basato sulla fiducia e sulla vicinanza.

Imperia, 10 marzo 2025

**I responsabili della casa-famiglia:**

Francesco Vassallo

Eva Balestra

**L'educatrice:**

Erica Giglio