

# TRISOMIA 21 IN ISTITUTO

## ACCOMPAGNAMENTO GLOBALE

**Per team educativi e professionisti che supportano persone con trisomia 21**

Comprendere le particolarità, adattare le pratiche e favorire l'autonomia quotidiana

<b>Durata</b> : 2 giorni (14 ore)	<b>Moduli</b> : 8 moduli
<b>Lezioni</b> : 25 lezioni	<b>Destinatari</b> : Team educativi in ESAT, comunità di vita, IME o SESSAD
<b>Formato</b> : 100 % online, asincrono	<b>Organismo</b> : N° 11757351875
<b>Certificazione</b> : Qualiopi	<b>Tariffa</b> : Su preventivo

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

### Descrizione della formazione

Questa formazione offre una comprensione approfondita delle particolarità motorie, cognitive ed emotive legate alla trisomia 21. Scoprirai strumenti concreti per adattare il tuo supporto nella vita quotidiana e favorire l'autonomia. Attraverso strategie pratiche direttamente applicabili in istituto, imparerai a utilizzare routine e supporti visivi, gestire le emozioni e favorire l'inclusione. Al termine, sarai in grado di creare un ambiente che facilita la comunicazione, prevenire comportamenti difficili e adattare il tuo approccio nel rispetto della dignità e autodeterminazione delle persone.

### Sommario dei moduli

<b>MODULE 1</b>	Comprendere lo Sviluppo e le Particolarità	4 lezioni
<b>MODULE 2</b>	Sviluppare la Comunicazione	4 lezioni
<b>MODULE 3</b>	Favorire l'Autonomia: Routine e Strumenti Visivi	3 lezioni
<b>MODULE 4</b>	Accompagnare la Gestione delle Emozioni	3 lezioni
<b>MODULE 5</b>	Favorire la Socializzazione e l'Inclusione	3 lezioni
<b>MODULE 6</b>	Gestione dei Comportamenti Difficili	3 lezioni
<b>MODULE 7</b>	Adattare il Supporto all'Età Adulta	3 lezioni
<b>MODULE 8</b>	Le Applicazioni DYNSEO	2 lezioni

### Obiettivi pedagogici

#### Obiettivi pedagogici

- Comprendere le particolarità motorie: ipotonia, iperlassità, impatto su equilibrio e postura
- Identificare le particolarità cognitive: tempi di elaborazione, memoria di lavoro, forze del canale visivo
- Riconoscere perché i gesti quotidiani richiedono più sforzo e adattare l'organizzazione
- Facilitare la comunicazione con supporti visivi, pittogrammi e strategie multimodali
- Riconoscere segni di frustrazione e creare ambienti che favoriscono l'espressione
- Utilizzare routine e supporti visivi come leva per l'autonomia quotidiana
- Gestire transizioni, cambiamenti e implementare tecniche di chaining inverso
- Comprendere l'esperienza emotiva: intensità, difficoltà di identificazione e regolazione
- Implementare strategie di prevenzione emotiva: termometro, ruota delle scelte, tecniche sensoriali
- Intervenire efficacemente durante esplosioni emotive garantendo sicurezza e calma
- Comprendere particolarità sociali: qualità relazionali, ingenuità e vulnerabilità
- Insegnare competenze sociali esplicite: salutare, chiedere, rifiutare, cooperare
- Creare un ambiente inclusivo e favorire partecipazione alla comunità
- Comprendere comportamenti difficili come comunicazione e diventare detective del comportamento

- Prevenire comportamenti difficili con ambiente strutturato e rinforzo positivo
- Intervenire in caso di rifiuto, agitazione, urla o aggressività con strategie adeguate
- Rispettare dignità e autodeterminazione degli adulti, evitare infantilizzazione
- Supportare autonomia in ESAT, comunità, vita affettiva e inclusione sociale
- Lavorare in team multidisciplinare e con famiglie garantendo coerenza
- Utilizzare applicazioni COCO e JOE per stimolare funzioni cognitive essenziali

## Informazioni generali

<b>Durata</b>	2 giorni (14 ore) - 8 moduli progressivi
<b>Pubblico target</b>	Team educativi e professionisti in ESAT, comunità di vita, IME o SESSAD che supportano persone con trisomia 21
<b>Prerequisiti</b>	Nessuno, formazione accessibile a tutto il pubblico adulto
<b>Tariffa</b>	Su preventivo - IVA non applicabile (articolo 261-4-4° del CGI)
<b>Certificazione</b>	Qualiopi - Attestato di fine formazione
<b>Organismo</b>	DYNSEO - N° di dichiarazione di attività: 11757351875

**Lezione 1 - Le Particolarità Motorie - Ipotonia e Iperlaxità**

- Ipotonia: diminuzione del tono muscolare, sforzo maggiore per ogni movimento
- Iperlaxità: eccessiva flessibilità articolare, impatto sulla stabilità
- Interazione ipotonia-iperlaxità che spiega le peculiarità motorie osservate
- Affaticamento più rapido: necessità di pause frequenti e sistemazioni ergonomiche

**Lezione 2 - L'Impatto sull'Equilibrio, la Postura e i Movimenti**

- Equilibrio che richiede più sforzo e concentrazione, strategie di compensazione
- Postura: mantenimento faticoso, tendenza ad appoggiarsi a supporti
- Particolarità della camminata: gambe divaricate, oscillazione marcata
- Adattamenti pratici: spazi sicuri, tempi realistici, ausili tecnici senza stigmatizzazione

**Lezione 3 - Le Particolarità Cognitive e il Loro Impatto**

- Tempo di elaborazione più lungo: lasciare 10-15 secondi prima di riformulare
- Memoria di lavoro limitata: dare una sola istruzione alla volta
- Pensiero astratto difficile: utilizzare istruzioni concrete e specifiche
- Memoria a lungo termine come punto di forza, comprensione visiva superiore
- Comprensione spesso superiore all'espressione verbale

**Lezione 4 - Perché i Gestii Quotidiani Richiedono Più Sforzo**

- Ogni gesto combina complessità motoria e cognitiva moltiplicata
- Sforzo muscolare aumentato: come svolgere attività con pesi ai polsi
- Coordinazione e gesti fini richiedono pianificazione motoria consapevole
- Fatica cumulativa: riconoscere segni come calo di qualità e irritabilità
- Prevedere pause, frazionare attività, valorizzare ogni successo

**Lezione 1 - Comprendere le Particolarità della Comunicazione**

- Ipotonia oro-facciale: alcuni suoni più difficili da produrre
- Sviluppo del linguaggio: vocabolario ridotto, sintassi semplice
- Espressività non verbale sviluppata: leggere gesti ed emozioni
- Comprensione superiore all'espressione: parlare normalmente senza semplificare
- Grande motivazione sociale: desiderio di relazione da incoraggiare

**Lezione 2 - I Segni di Frustrazione Legati alla Comunicazione**

- Rabbia apparentemente senza motivo: esplosioni di frustrazione comunicativa
- Ritiro e silenzio: rinuncia dopo tentativi senza successo
- Esplosioni emotive sproporzionate: accumulo di frustrazioni non espresse
- Comportamenti difficili come tentativi di comunicare bisogni
- Chiedersi sempre: cosa sta cercando di dirmi questa persona?

**Lezione 3 - Creare un Ambiente che Faciliti la Comunicazione**

- Pittogrammi tematici: emozioni, attività, bisogni, materiale
- Foto reali dei luoghi e attività per pianificazioni visive
- Gestii e segni associati alla parola pronunciata come supporto
- Frasi brevi, una istruzione alla volta, formulazioni positive
- Multimodalità: combinare parole, gestii, supporti visivi

**Lezione 4 - Sostenere la Comunicazione Quotidiana**

- Bagno di linguaggio: commentare azioni, nutrire vocabolario passivo
- Riformulazione invece di correzione: riprendere dando il modello corretto
- Espansione: arricchire parole brevi aggiungendo elementi
- Attesa benevola: lasciare tempo senza completare sistematicamente
- Celebrare ogni sforzo di comunicazione anche imperfetto

## Lezione 1 - Il Ruolo Fondamentale delle Routine

- Prevedibilità rassicurante: riduce ansia e libera energia cognitiva
- Ripetizione che favorisce automazione e memoria a lungo termine
- Sentimento di controllo: diventare attore della propria giornata
- Strutturare la giornata con tempi chiari e transizioni annunciate
- Chaining inverso: aiutare tutte le fasi tranne l'ultima per successo finale

## Lezione 2 - Creare e Utilizzare i Supporti Visivi

- Sequenziale visivo: passo dopo passo come una ricetta in immagini
- Foto reali della persona in azione, numerazione dei passaggi
- Piani visivi: mostrare svolgimento della giornata, collettivi o individuali
- Scelta binaria: due opzioni visive per facilitare decisione
- Fissare supporti nei luoghi dove si svolgono le attività

## Lezione 3 - Gestire le Transizioni e i Cambiamenti

- Annunci progressivi: 10 minuti, 5 minuti, 2 minuti, momento di passare
- Supporti temporali visivi: timer, clessidra per rendere concreto il tempo
- Ritual di transizione: frase, gesto, canzone che segnano il passaggio
- Preparare cambiamenti imprevisti: spiegare, mostrare nuovo programma visivamente
- Di fronte al rifiuto: calma, riconoscimento, riaffermazione del quadro

## MODULE 4

### Accompagnare la Gestione delle Emozioni

3 lezioni

## Lezione 1 - Comprendere l'Esperienza Emotiva

- Intensità emotiva uguale o superiore, tutta la gamma presente
- Tre sfide: identificazione, verbalizzazione, regolazione delle emozioni
- Emozioni espresse in modo grezzo: non scelte né manipolazioni
- Sovraccarico cognitivo che riduce risorse per regolazione
- Fattori scatenanti prevedibili: cambiamenti, fatica, incomprensione, sovraccarico

## Lezione 2 - Strategie di Prevenzione

- Ambiente fisico adattato: ridurre rumori, spazi rilassanti
- Spazi di ritiro volontari con elementi rilassanti per ricarica
- Termometro delle emozioni: scala visiva per indicare il proprio livello
- Ruota delle scelte: strategie di regolazione tra cui scegliere
- Tecniche sensoriali: pressione profonda, oggetti sensoriali, movimento, respirazione

## Lezione 3 - Intervenire Durante un'Emergenza Emotiva

- Sicurezza prioritaria: allontanare pericoli, proteggere tutti
- Controllare il proprio stato: respirare, voce bassa, mostrare calma
- Ridurre stimolazioni: allontanare spettatori, abbassare luci e rumori
- Comunicazione minima: frasi brevi, tono calmo, niente discussioni
- Dopo la crisi: tempo di recupero, debriefing più tardi per comprendere

## MODULE 5

### Favorire la Socializzazione e l'Inclusione

3 lezioni

## Lezione 1 - Comprendere le Particolarità Sociali

- Qualità relazionali: sociabilità naturale, calore umano, autenticità
- Ingenuità sociale: codici impliciti difficili, desiderio di accettazione
- Malintesi frequenti: affettuosità spontanea, interpretazione letterale
- Rischi: scherni, isolamento, imitazione passiva di comportamenti inappropriati
- Doppio ruolo: incoraggiare relazioni e sviluppare senso critico

## Lezione 2 - Insegnare le Competenze Sociali

- Insegnamento esplicito: scomporre, praticare con supporti visivi
- Regole di base: aspettare turno, salutare, chiedere piuttosto che prendere
- Rifiutare: frasi dirette, pratica con giochi di ruolo, valorizzare espressione
- Comprensione emozioni altrui: foto, pittogrammi, commentare situazioni
- Cooperazione: situazioni che richiedono lavoro di squadra, comportamenti espliciti

### Lezione 3 - Creare un Ambiente Inclusivo

- Favorire interazioni in istituto: convivialità, attività collettive, progetti di gruppo
- Attenzione alle dinamiche: riconoscere esclusione, intervenire educativamente
- Giochi da tavolo adattati: regole semplici, cooperativi, supporto visivo
- Preparare situazioni nuove: spiegare, mostrare foto, comportamenti attesi
- Inclusione nella comunità: accompagnare accesso a vita sociale ordinaria

## MODULE 6

### Gestione dei Comportamenti Difficili

3 lezioni

#### Lezione 1 - Comprendere l'Origine dei Comportamenti

- Il comportamento è comunicazione: cercare il messaggio dietro l'azione
- Cause frequenti: comunicazione limitata, affaticamento, incomprensione, transizioni
- Sovraccarico sensoriale, difficoltà sociali, bisogni fisiologici non soddisfatti
- Diventare detective: osservare momenti, contesti, persone, eventi
- Cambiare prospettiva: comprendere causa piuttosto che fermare sintomo

#### Lezione 2 - Strategie di Prevenzione

- Structurare ambiente: spazio chiaro, zone identificate, stimolazioni limitate
- Routine e supporti visivi: prevedibilità che riduce opposizione
- Comunicazione adattata: frasi brevi, positive, supporti visivi
- Mezzi alternativi di espressione: pittogrammi per bisogni prima dell'esplosione
- Rinforzare comportamenti positivi sistematicamente, adattare aspettative

#### Lezione 3 - Intervenire in Caso di Comportamento Difficile

- Rifiuto: calma, riformulare, proporre scelta limitata, flessibilità sul modo
- Agitazione: sicurezza, canalizzare energia, attività sensoriale calmante
- Urla: voce calma e bassa, valutare emozione, reindirizzare verso espressione
- Aggressività: sicurezza massima, distanza, intervento fisico ultimo ricorso
- Dopo comportamento: attendere calma, verbalizzare semplicemente, rassicurare relazione

## MODULE 7

### Adattare il Supporto all'Età Adulta

3 lezioni

#### Lezione 1 - Le Specificità dell'Accompagnamento degli Adulti

- Rispetto dignità e autodeterminazione: diritto a scelte e rifiuti
- Evitare infantilizzazione: tono, attività, linguaggio adeguati all'età
- Competenze che continuano a svilupparsi: mai troppo tardi per apprendere
- Invecchiamento precoce: attenzione a cambiamenti capacità, energia, memoria
- Salute mentale: cambiamenti comportamentali devono allertare

#### Lezione 2 - Accompagnare l'Autonomia e la Partecipazione Sociale

- In ESAT: equilibrio produzione-benessere, adattamento posti, formazione continua
- In comunità: autonomia quotidiana, tempo supplementare come investimento
- Vita affettiva e relazionale: ascoltare, accompagnare senza vietare
- Competenze relazionali e prevenzione rischi con rispetto
- Inclusione società: accompagnare verso autonomia sociale ordinaria

#### Lezione 3 - Lavorare in Team e con le Famiglie

- Team multidisciplinare: trasmissione, riunioni, coerenza delle pratiche
- Progetto personalizzato: obiettivi, mezzi, indicatori con coinvolgimento persona
- Famiglie come partner: esperienza insostituibile, dialogo regolare
- Coerenza tra ambienti: stessi strumenti, routine, strategie
- Prendersi cura del team: riconoscere fatica, sostegno reciproco

## MODULE 8

### Le Applicazioni DYNSEO per Supportare una Persona con Sindrome di Down

2 lezioni

#### Lezione 1 - COCO PENSA e COCO SI MUOVE

- Per bambini 5-10 anni: oltre 30 giochi educativi e pause sportive

- Livelli adattabili: memoria, logica, linguaggio, matematica, attenzione
- Pausa sportiva ogni 15 minuti: schermo bloccato, movimenti proposti
- Progettata con logica inclusiva per bisogni particolari
- Modalità due giocatori: schermo condiviso per socializzazione

## Lezione 2 - JOE, Il Tuo Coach Cerebrale

- Oltre 30 giochi: memoria, attenzione, percezione, linguaggio, pianificazione
- Competenze cognitive essenziali per autonomia quotidiana
- Approccio ludico: sfide progressive adattate al livello
- Difficoltà regolabile: spazio di allenamento sicuro senza pressione
- Monitoraggio progressi: vedere miglioramenti rafforza fiducia in sé

## Modalità pedagogiche

---

- Formazione 100% online, accessibile da computer o tablet
- Progressione al proprio ritmo, senza vincoli di orario
- 8 moduli progressivi suddivisi in 25 lezioni pratiche
- Strumenti pronti all'uso: sequenze visive, pianificazioni, schede pittogrammi
- Termometro delle emozioni, ruota delle scelte, griglie di analisi
- Bonus: scoperta applicazioni COCO e JOE per stimolazione cognitiva
- Attestato di fine formazione Qualiopi