



Development of a VET curricula for Personal Assistant professional profile
based on the European Framework of Qualifications

**Asistent EU:
Dezvoltarea unui
curriculum VET pentru
profilul asistentului
personal pe baza
Cadrului European al
Calificărilor**

MODUL 5 – PROMOVAREA AUTONOMIEI



Comisia Europeană sprijină producerea acestei publicații și nu constituie o aprobare a conținutului care reflectă numai opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare a informațiilor conținute aici.

CUPRINS

1. DESCRIEREA MODULULUI.....	3
2. INTRODUCERE.....	5
3. DEFINIȚIE.....	6
4. ORIGINE ȘI IMPORTANȚĂ.....	7
4.1. Care este originea?.....	7
4.2. De ce este promovarea autonomiei așa de importantă.....	7
5. CUM SE OBTINE ACEASTĂ AUTONOMIE?.....	9
6. SFATURI PRACTICE PENTRU PROMOVAREA AUTONOMIEI	11
8. REFERINȚE.....	12

1. DESCRIEREA MODULULUI

TITLUL MODULULUI	PROMOVAREA AUTONOMIEI
CUVINTE CHEIE	Autonomie, dependență, diversitate funcțională, activități zilnice, activități de bază, asistență personală
GRUP ȚINTĂ	Acest modul le este destinat celor care vor să știe cum să promoveze autonomia personală a utilizatorilor.
NIVEL	mediu
OPORTUNITĂȚI DE CARIERĂ	Oameni care doresc să devină Asistenți Personali pentru persoane cu diversitate funcțională.
SCOPUL MODULUI	Acest modul oferă participanților cunoștințe practice, resurse și oportunități pentru a învăța cum să devină promotori ai autonomiei în meseria lor. Studenții vor ști ce este promovarea autonomiei, originea și importanța ei, cum să o dobândească și motivele pentru care este atât de importantă în acest serviciu.
REZULTATELE ÎNVĂȚĂRII	După terminarea acestui modul participanții vor fi învățați cum să promoveze capacitățile utilizatorului și cum să îl sprijine pentru a duce o viață independentă.

ABILITĂȚI NECESARE	Utilizare TIC la nivel de bază.
CURSURI NECESARE	Nici unul
NUMĂRUL APROXIMATIV DE ORE	4
COMPETENȚE	AP înțelege rolul său în promovarea autonomiei utilizatorilor.
EVALUARE	Evaluarea va consta dintr-un test cu variante multiple de răspuns, care va verifica cunoștințele studenților.
CATEGORII	Cost (optimizarea costurilor) Timp (gestionarea eficientă a timpului) Calitate-s (calitatea serviciilor) m-calitate (managementul calității)
MATERIALE SUPLIMENTARE	Nici unul

2. INTRODUCERE

Stimate participant,

Bine ai venit la acest modul! El este creat în cadrul formării pentru persoanele interesate să devină asistenți personali pentru persoanele cu dizabilități. În acest modul veți învăța despre una dintre cele mai importante competențe necesare unui asistent personal, și anume modul în care puteți promova autonomia utilizatorilor. Pentru a lucra în conformitate cu filosofia de viață independentă este necesar să cunoaștem importanța promovării capacităților lor și să nu ne concentrăm pe diversitatea funcțională.

Modulul 5 include conceptele legate de promovarea autonomiei, de unde provine și importanța acesteia, modurile de a realiza această promovare a autonomiei în rândul utilizatorilor și câteva sfaturi practice în dezvoltarea serviciului de asistență personală.

Sincere urări,

Echipa Proiectului EU-Assistent

3. DEFINIȚIE

Autonomia este capacitatea de a controla, de a evalua și de a lua decizii personale cu privire la modul de a trăi conform propriilor reguli și preferințe, precum și de a dezvolta activitățile de bază ale vieții de zi cu zi.

O persoană este autonomă atunci când desfășoară activități în funcție de nevoile și abilitățile sale, atunci când reglează stilul de comportament și îl adaptează situațiilor în care trăiește. Când puteți alege între diferite opțiuni și alegeți cea care se potrivește cel mai bine necesităților dvs. și cerințelor situației și când perseverați în căutarea unei sarcini fără frustrare sau abandon. Autonomia nu este limitată de capacitatea intelectuală sau fizică, deoarece, cu sprijinul uman, fizic și/sau mediu necesar, putem decide cu toții pentru noi înșine și să ne controlăm viața.

Este important de știut că conceptul de autonomie se referă nu numai la realizarea activităților de bază ale vieții cotidiene, cum ar fi hrănirea, igiena sau transportul, ci la toate sarcinile care fac o persoană să se dezvolte eficient în comunitate și să își dezvolte proiectul de viață (ex.: Plan personal de viață independentă).

Alte concepte relevante pentru acest concept sunt:

- **Activități de bază ale vieții de zi cu zi:** sarcinile cele mai de bază ale persoanei care îi permit să se descurce cu o minimă autonomie și independență, cum ar fi: îngrijirea personală, activitățile domestice de bază, mobilitatea esențială, recunoașterea persoanelor și a obiectelor, executarea ordinelor și a sarcinilor.
- **Sprijinirea nevoilor de autonomie personală:** acelea care necesită ca persoanele cu dizabilități să obțină o autonomie personală satisfăcătoare în comunitate.

4. ORIGINEA ȘI IMPORTANȚA

4.1. Care este originea?

Promovarea autonomiei personale derivă din Convenția Națiunilor Unite privind drepturile persoanelor cu dizabilități, adoptată la 13 decembrie 2006, care subliniază importanța asigurării drepturilor și libertăților omului acestor persoane. Carta adoptată de țările participante la Convenție este un instrument juridic vital. Aceasta afirmă drepturile persoanelor cu dizabilități, subliniind dreptul lor la autonomie personală și viață independentă, abandonând sistemul tradițional de îngrijire aplicat până în acel moment. În mod specific, articolul 19 recunoaște în mod explicit obligația statelor membre de a respecta și de a promova dreptul persoanelor cu dizabilități de a trăi în mod independent și de a avea aceleași opțiuni ca și ceilalți. Statele sunt obligate să ia măsuri eficiente pentru a facilita exercitarea deplină a acestui drept și includerea și participarea deplină a acestora în comunitate.



4.2. De ce este atât de importantă promovarea autonomiei?

Promovarea autonomiei și a capacităților utilizatorilor cu diversitate funcțională este foarte importantă pentru îmbunătățirea stimei și imaginii de sine. Autonomia este calea către independență, bunăstare și calitate a vieții.

"Dacă pot să fac lucruri fără ajutor, dacă pot alege, mă simt mai valoros, mai sigur de mine și, prin urmare, mai adaptat, mai liber și mai fericit".

Nu se intenționează ca utilizatorul să aibă obiective foarte înalte sau să realizeze mari realizări, ci pur și simplu ca el să poată învăța și crește în egalitate de șanse, fiind capabil să-și desfășoare viața pe care o dorește prin propriile puteri.

Autonomia este importantă din următoarele motive:

- **Facilitează învățarea.** Confruntarea cu situații diferite, analizându-le, gășind soluții și încercând să le rezolvi cu cel mai mic ajutor este o sursă inepuizabilă de experimentare care permite învățarea și dezvoltarea abilităților proprii.

- **Creste stima de sine.** Experiența continuă de rezolvare a situațiilor de zi cu zi vă permite să vă simțiți mai valoroși și mai siguri, iar din această securitate, să vă confrunțați cu noi provocări și experiențe. Stima de sine permite acceptarea propriei persoane, luarea de inițiative și relaționarea mai bună cu ceilalți.



- **Evitați anxietatea.** Dacă o persoană devine dependentă de alta, având în vedere diferitele situații care apar, va simți o mare anxietate sau îngrijorare pentru că nu va ști cum să răspundă, el va avea nevoie de cineva care să-l conducă. Dimpotrivă, dacă sunteți autonom, veți fi mai liniștiți și vă veți simți mai bine încercând să găsiți soluții.

- **Utilizatorul este mai potrivit pentru a face față situațiilor de zi cu zi.** Viața zilnică este plină de rutine recurente. Dacă persoana știe cum să răspundă la aceste rutine pe cont propriu, se va simți mai în siguranță. Dar, în plus, trebuie adesea să facem schimbări, situații care nu sunt prevăzute și în care trebuie luate decizii. Persoana autonomă este mai pregătită să admită aceste schimbări. Chiar dacă răspunsul la aceste evenimente neprevăzute nu este perfect, doar capacitatea de a răspunde va oferi stabilitate și bunăstare.

- **Să răspundă mai bine cerințelor sociale.** Participarea la situațiile sociale, cum ar fi interacțiunea în școală, comunitate sau familie, este o necesitate pe care o are fiecare ființă umană. Persoana autodeterminată poate participa mai bine la activitățile colective, asumându-și responsabilitățile; pot reacționa la alte persoane fără a fi nevoie de un mediator, câștigând astfel respectul în față celorlalți.

- **Este o garanție pentru viitor.**

- **Creste demnitatea.** Fiecare persoană, în virtutea ființei sale, are dreptul la demnitate. Alocarea responsabilităților în funcție de capacitatea dvs. vă oferă ocazia să vă simțiți util și valoros pentru sine și pentru societate în ansamblu.

Erasmus +

5. CUM SE DOBÂNDEȘTE ACEASTĂ AUTONOMIE?

Promovarea autonomiei personale a persoanelor cu diversitate funcțională se dorește a fi realizată și printr-un asistent personal.

În acest scop, legile din unele țări (cum ar fi Spania) au stabilit o alocație economică pentru a plăti asistență personală, al cărei scop este să promoveze autonomia persoanelor cu dependență ridicată. Obiectivul este de a contribui la recrutarea de asistență personală timp de câteva ore, suficient pentru a asigura beneficiarului accesul la educație și la locul de muncă, precum și o viață mai autonomă în activitățile de bază ale vieții cotidiene.

Una dintre măsurile fundamentale de promovare a autonomiei personale a persoanelor cu dizabilități (mai ales dacă sunt dependente) este posibilitatea de a le oferi ajutorul unui profesionist care să le acorde asistență personală. Este o modalitate de a realiza dreptul de a trăi independent și de a fi inclus în comunitate, așa cum se reflectă în Articolul 19 din Convenția Internațională Privind Drepturile Persoanelor cu Dizabilități, adoptată de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la 13 decembrie 2006.

După cum se precizează explicit în Articolul 19, scopul este "promovarea autonomiei persoanelor aflate în situație de dependență", prin contribuția economică la accesul la un serviciu de asistență personală "pentru a facilita accesul beneficiarului la educație și la locul de muncă, viața autonomă în exercitarea activităților de bază ale vieții cotidiene", adică pentru a duce o viață independentă.

Astfel, domeniile în care asistentul personal poate contribui la promovarea autonomiei personale sunt: a) activitățile zilnice de bază (AZB); b) accesul la educație și la locul de muncă și c) alte nevoi.

Prima categorie (asistență în AZB) este scenariul de bază din care începe și care definește situația proprie de dependență. Asistentul poate face viața persoanei dependente mai autonomă dacă își oferă serviciile în această zonă, desfășurând activități de sprijin care ar fi imposibile fără ea.

A **doua** categorie este cea care marchează diferența față de alte servicii mai tradiționale (cum ar fi Serviciul de asistență la domiciliu), deoarece se referă în mod specific la atenția personală pentru a îmbunătăți două domenii-cheie ale dezvoltării personalității, cum ar fi educația și viața profesională.



Nu trebuie să uităm a treia categorie și anume că sprijinul este necesar pentru a face față unui alt set de nevoi, pe lângă cele specifice vieții cotidiene. Ne referim la nevoile educaționale, de reabilitare și de petrecere a timpului liber, pentru care au nevoie și de sprijinul unei terțe persoane: acest serviciu trebuie să fie suficient de flexibil pentru a acoperi și alte nevoi specifice ale vieții cotidiene.



6. SFATURI PRACTICE PENTRU PROMOVAREA AUTONOMIEI

Pentru a acționa conform Filosofiei Vieții Independente, care susține serviciul de asistență personală, este necesar:

- Promovați abilitățile personale de a duce o viață independentă, luând propriile decizii.
- Evitați concentrarea atenției asupra diversității funcționale și evitați utilizarea termenului "persoană dependentă", deoarece sensul cuvântului "dependent" este foarte larg și acoperă multe domenii, astfel încât noi toți ne mișcăm într-o gamă de dependență în funcție de un anumit aspect. De exemplu, o persoană cu diversitate funcțională severă poate avea o mulțime de dependențe fizice, dar poate fi foarte independent din punct de vedere mental, economic ...
- Nu luați decizii în locul persoanei în legătură cu viața de zi cu zi.
- Fiți răbdători cu privire la timpul de care persoana are nevoie pentru a-și îndeplini sarcinile, dar aveți grijă să nu îl depășească.
- Mențineți o atitudine proactivă, dar limitați sprijinul la acele activități de care persoana are nevoie.
- Facilitați și oferiți-i sprijin persoanei care accesează serviciile oferite de comunitate.
- Sprijiniți persoana cu diversitate funcțională în integrarea socială, rămânând în umbră atunci când nu are nevoie de sprijin, pentru a-i facilita dezvoltarea socială independentă;



7. REFERINȚE

- IMSERSO. Programa para la promoción de la autonomía personal en los centros de recuperación de personas con discapacidad física. IMSERSO, Madrid, 2016.
- ORTEGA ALONSO, E. (Coord). Situación de la Asistencia Personal en España. PREDIF, Madrid, 2015.
- Sonsoles Perpiñón. Habilidades personales para la convivencia familiar. Autonomía: Un camino hacia el bienestar y la libertad. Escuela de bienestar Fundación MAPFRE, Ávila, 2013.
- <http://www.asistenciapersonal.org/que-es-asistencia-personal>
- <http://www.eltallerdemismemorias.com/2013/12/12/asistente-personal/>
- [http://www.forovidaindependiente.org/filosofia de vida independiente](http://www.forovidaindependiente.org/filosofia_de_vida_independiente)
- <http://www.forovidaindependiente.org/node/99>