

# AUTISM\_PCP Masterclass of facilitators

---

INTRODUCERE ÎN PCP

## AUTISM\_PCP

A holistic approach to person-centered planning for people with autism



Erasmus+ KA2: Strategic partnership for innovation for adult education

Agr. No: 2018-1-EL01-KA204-047788

# P1. ISTORIC ȘI VALORI

-Ce este metoda PCP?

-Dacă porți la pantof o mărime între 2 mărimi, dacă ai alege mărimea mai mică, te-ai răni și ai șchiopăta. Dacă ai alege mărimea mai mare, nu ai merge confortabil. Dacă ai merge la un magazin scump, care are mărimi intermediare, ai găsi mărimea potrivită dar ar trebui să plătești.

# Carl Ransom Rogers 1940

Abordarea centrată pe persoană se bazează pe teoria referitoare la centrarea pe persoană. Această teorie vine din domeniul terapiei psihologice și a fost dezvoltată de Carl R Rogers în 1940.

Carl Ransom Rogers (8 ianuarie 1902 - 4 februarie 1987) a fost un psiholog american și printre fondatorii abordării umaniste (și abordării centrate pe client) în psihologie. Rogers este considerat pe scară largă unul dintre părinții fondatori ai cercetării în psihoterapie și a fost onorat pentru cercetarea sa de pionier cu Premiul pentru contribuții științifice distinse de către American Psychological Association (APA) în 1956.

# ABORDAREA CENTRATĂ PE PERSOANĂ

Abordarea centrată pe persoană, propria abordare unică a personalității are o aplicare în diferite domenii, cum ar fi psihoterapia și consilierea ( terapie centrată pe client ), educația ( învățarea centrată pe elev ). Pentru munca sa profesională, APA a primit Premiul pentru contribuții profesionale distincte în psihologie în 1972. Într-un studiu realizat de Steven J. Haggblom și colegii săi, Rogers a fost găsit al șaselea cel mai eminent psiholog al secolului al XX-lea. Pe baza unui sondaj din 1982 efectuat în rândul a 422 de respondenți ai psihologilor americani și canadieni, el a fost considerat cel mai influent psihoterapeut din istorie ( Sigmund Freud a fost pe locul trei).



# Teoria rogeriană

Teoria centrată pe persoană afirmă că fiecare persoană are capacitatea și dorința de dezvoltare și schimbare personală.

Indivizii găsesc în ei resurse să se înțeleagă, să se schimbe. Aceste resurse pot fi identificate dacă este asigurat un climat favorabil.

# PLANUL CENTRAT PE PERSOANĂ

PCP este o modalitate de a ajuta pe cineva să-și planifice viața, concentrându-se pe ce este important pentru propria persoană.



# TRĂSĂTURILE PLANULUI CENTRAT PE PERSOANĂ

- Persoana este în centrul procesului de planificare
- Familia și prietenii sunt parteneri în planificare
- Planul arată ce este important pentru persoană acum și în viitor și care este sprijinul de care are nevoie
- Planul ajută persoana să fie parte a comunității și ajută comunitatea să includă persoana
- Planul transpune în acțiune ce-și dorește persoana pentru viața ei și este deschis la schimbare

# „PLANUL CENTRAT PE PERSOANĂ RĂMÂNE VIU”






# FOARTE IMPORTANT!

- Păstrați o atitudine pozitivă față de persoanele cu autism
- Încercați să îl înțelegeți pe prietenul autist. Să știți ce îi cauzează anxietate. Încercați să îl sprijiniți când are nevoie de ajutor.
- Încercați să îl ghidați.

Acest proces poate fi epuizant emoțional pentru tine. Ai putea avea nevoie de timp să te relaxezi, să te retragi pentru a-ți încărca bateriile. Este necesar să existe cercul de persoane în jurul celui cu autism, pentru că dacă cineva nu este disponibil, vor interveni ceilalți.



Metoda PCP presupune că oricine are nevoie de un plan care este cel mai bun și se potrivește pentru el; chiar dacă este nevoie de mai mult timp, efort sau bani, merită riscul și efortul.

-PCP se bazează pe valorile incluziunii și recomandă ce tip de sprijin este necesar pentru o persoană, pentru a fi inclusă în comunitatea în care trăiește.

-Este nevoie să luăm în considerare metoda PCP pentru persoanele cu autism, pentru că implică o anumită modalitate de lucru: în loc să începem de la un plan dinainte stabilit, construim un plan pe care îl adaptăm nevoilor individului.

# Ce este o tranziție?

O tranziție este o schimbare a activității/ poziției/ rutinei care îl forțează pe individ să se adapteze. Schimbările se produc adesea spontan și este nevoie ca indivizii să-și întrerupă activitățile, să se mute dintr-un loc în altul și să înceapă ceva diferit. Sunt schimbări care apar în viața de zi cu zi a oricărui individ și care în mod normal nu ar trebui să pună probleme dar care unei persoane cu autism îi pot crea anxietate, stres sau suferință.

# O clasificare a tranzițiilor


-tranziții pe termen scurt    -tranziții pe termen lung



Tranzițiile pe termen lung sunt schimbări care apar pe o perioadă mai mare de timp, cum ar fi: trecerea de la un ciclu educational la altul, schimbarea slujbei, schimbarea locuinței. Cauzează un mare grad de stres și de disconfort dar vă imaginați că și așa zișii „indivizi normali” au dificultăți când se mută dintr-o casă în alta.

## Ce sunt instrumentele pentru planificarea vieții?

Instrumentele pentru planificarea vieții sunt acele instrumente menite să îl ajute pe individ să „navigheze” într-o lume a schimbărilor, să devină independent și împlinit. Aceste instrumente sunt adaptate nevoilor, ambițiilor individului și obiceiurilor lor. Aceste instrumente sunt proiectate pentru a planifica viața unui individ și pașii necesari pentru a face ca speranțele și scopurile personale să se împlinească, inclusiv pașii necesari pentru a obține o slujbă, să ai casa ta, să fii independent etc. Acest lucru se face planificând toate aspectele vieții unui individ de la activitățile casnice, la activitățile recreative și până la relațiile pe care le are cu cei din jur.



PCP este utilizat din 1992 de către clinicieni, organizații, pentru situații diferite și însoțit de proceduri diferite de punere în aplicare. Principiul de bază al acestei metode este că toate strategiile folosite pentru realizarea acestui plan reprezintă mecanisme potrivite pentru a face față diverselor situații, menite să îi ajute pe cei cu autism să își dea seama de propriile scopuri și dorințe.



## PCP are 5 trăsături cheie:

Persoana este în centrul procesului de planificare

Familia și prietenii sunt parteneri în planificare

Planul arată ce este important pentru persoană acum și în viitor

Planul ajută persoana să fie parte a comunității și ajută comunitatea să include persoana

Planul transpune în acțiune ce își dorește persoana pentru viața ei și este deschis la ascultare



Planul rămâne „viu”.


Statutul PCP este diferit în lume.



## **P2: INOVAȚIE ȘI TRADIȚIE. DE CE SĂ UTILIZĂM PCP?**

-Ce presupune abordarea tradițională a unui PCP?

Abordarea tradițională implică proiectarea unui plan la care individual trebuie să se adapteze, fără să țină cont de nevoile lui. În general, persoanele cu autism nu au primit ajutorul potrivit, la momentul potrivit și nu au reușit să spună de ce sprijin au nevoie. Metodele tradiționale se bazează pe o perspectivă medicală a dizabilității ce a dus la evaluarea unor nevoi, alocarea unor servicii și luarea unor decizii pentru aceste persoane, mai degrabă decât luarea deciziilor împreună cu aceste persoane. Abordarea tradițională începe prin a evalua problemele și defectele care trebuie rezolvate, în timp ce se derulează planul, evidențiindu-se efectele negative. De asemenea, se stabilesc scopuri deja parte a unui program și nu se fixează un nou plan adaptat la nevoile individului, așa cum face PCP.




În metoda tradițională, individul este cel care se adaptează la posibilele nepotriviri sau greșeli ale planului. În modelul traditional, planul se bazează pe judecata profesioniștilor în luarea deciziilor, ei fiind cei care decid ce este sigur și ce nu este sigur, fără să se permită persoanei cu autism să își asume riscuri pentru a-și depăși limitele și a deveni mai împlinit. Metoda PCP permite persoanelor cărora se aplică, să aibă mai multă putere de decizie asupra propriei vieți. Personalizarea garantează că fiecare are acces la cele mai bune sfaturi, informații pentru a lua cele mai potrivite decizii sau pentru a obține ajutorul de care are nevoie.

-Aspectele inovative ale PCP pot fi rezumate la 4 cuvinte:


- Personalizare
- Implicare
- Flexibilitate
- Continuitate






Personalizarea este cheia întregii abordări. Planul trebuie să fie personalizat nu doar în ce privește conținutul cât și metodele, limbajul, procedurile care trebuie să fie adaptate la situații particulare și la individ. În proiectarea și implementarea planului, cercul apropiaților persoanei cu autism trebuie să fie implicat.

Profesionistul trebuie să ia rolul facilitatorului și trebuie să ia în calcul toate variabilele din mediul înconjurător, inclusiv variabilele emoționale. Feedbackul continuu este essential pentru a modela planul.



Flexibilitatea depinde de capacitatea persoanelor implicate de a adapta planul la nevoile și capacitățile persoanei cu TSA. Planul ar trebui să scoată în evidență ce este important pentru persoană, din perspectiva ei. Persoana deține controlul și nu planul. Limbajul trebuie să fie flexibil, ar trebui să se concentreze pe persoană și să nu folosească etichete.

Continuitatea presupune că planul trebuie să fie monitorizat și evaluat toată perioada în care există. Nevoile pot fi modificate și ameliorate pentru a oferi un progres continuu individului pentru care este făcut planul.



Un exemplu de succes a PCP este cazul lui Luke care trăia într-un centru de îngrijire, era nemotivat, timid, stătea izolat, dormea aproape toată ziua. Acolo îl ducea familia lui pentru că nu putea să aibă grijă de el. Luke a început PCP în 2001 și ca rezultat a parasit centrul de îngrijire și a ajuns sub protecția îngrijitorilor comunității. A ajuns să aibă foarte puțin sprijin pentru a-și face cumpărăturile, a circula cu metroul, a merge la sala de sport și a început să gătească. A devenit membru al Bibliotecii Locale . A încercat să joace badminton, nu a fost bun la acest sport și a avut destul curaj să spună personalului de îngrijire că el preferă alt sport, snookerul. Luke a căpătat la un moment dat mult mai mult control asupra propriei sale vieți și a început să realizeze lucruri care pe el și pe familia lui îl făceau fericit. (Robertson 2005)



## CAPITOLUL 2 IMPORTANȚA ȘI CULTURA PCP

### P1.SCHIMBĂRI ORGANIZAȚIONALE PENTRU A SPRIJINI INCLUZIUNEA.

- Recunoașterea și menținerea facilitatorilor
- Ofertă minimă pentru centrele de zi, de îngrijire și tratament
- Implicarea familiilor
- Informarea populației privind autismul
- Implicarea comunității




## P2. ÎMBUNĂTĂȚIREA CALITĂȚII VIEȚII

- Îmbunătățirea calității vieții se poate realiza urmărind exemple din viața reală.
- Reflectând asupra poveștilor de viață realizăm elementele esențiale care au contribuit la succes/eșec.
- Este important ca persoanelor cu autism să li se ofere o voce. Reflectând asupra poveștilor lor, realizăm care sunt elementele care conduc la sporirea oportunităților.
- “Cel mai bine interacționez cu oameni și pătrund în medii care sprijină un EU sănătos, un EU de care sunt mândru și mă asigur că toata ființa mea este sărbătorită, inclusiv faptul ca sunt autist”.


Cazul Kris Mc Elroy  
care apare în articolul  
„Ce am învățat în tranziția mea spre maturitate?”

KRIS 2021





- Kris Mc Elroy a fost un scriitor/ artist/ avocat, care a fost diagnosticat foarte târziu, la vârsta de 30 de ani cu TSA. Până atunci, viața lui a fost ca un haos. A fost diagnosticat greșit, tratat greșit, neînțeles. Neavând un diagnostic corect a avut de înfruntat provocări suplimentare, pentru că era foarte greu ca cineva să își dea seama de nevoile și așteptările lui. Nu știa cum să vorbească pentru a-și susține opiniile. Totul a avut impact asupra stimei de sine. Faptul că a primit diagnosticul de autism l-a ajutat foarte mult pentru că a început să își înțeleagă viața, să caute și să dezvolte instrumentele potrivite care l-au ajutat să își completeze educația, să își găsească un loc de muncă, să trăiască independent și să își întemeieze o familie. El a oferit indici care i-au ajutat pe ceilalți să îi sporească oportunitățile legate de viață. Gândurile lui s-au concentrate pe 4 aspecte: slujbă, relații, drepturi, stimă de sine.



La slujbă a suportat discriminări din cauza abilităților pe care le avea ca autist. A învățat ce este acceptabil și ce nu. I-a luat foarte mult timp să afle cum ar putea să caute sprijin la Departamentul de Resurse Umane. Altă problemă pe care a avut-o a fost că nu a știut dacă este bine sau nu, să spună potențialilor angajatori că este autist. După ce a fost supus la foarte multe discriminări, s-a gândit că este bine să spună că este autist. Și-a dat seama că sinceritatea lui îl va ajuta să își pună în evidență abilitățile în fața celorlalți. A fost de mare folos pentru existența lui dezvoltarea abilităților preangajare: participarea la ateliere de formare/ programe de pregătire, plus sprijinul pe care l-a primit de la locul de muncă.

## Cazul Nicolas Newmann, analist financiar autist din Buenos Aires Argentina

El a petrecut multe nopți pentru a realiza un soft care a contribuit la automatizarea procesului de introducere a unor sume de bani în situațiile financiare. El nu a spus nimic despre problemele lui decât în momentul în care cei din echipa lui au observat că este oboist și l-au întrebat de ce. În acel moment el a spus că este persoană cu TSA. Colegii lui i-au recunoscut metoda descoperită și i-au acordat o zi e săptămână pentru a aplica noua metodă descoperită de el. Metoda lui a scurtat timpul de procesare a unei facturi de la câteva zile la 20 minute. Gândirea lui, specifică persoanelor cu TSA l-a ajutat să creeze o metodă nouă la locul de muncă.

-Menținerea relațiilor este altă zonă dificilă pentru persoanele cu TSA, mai ales în timpul tranziției către maturitate când intervin schimbări majore pentru că este etapa în care trebuie să își assume mai multe responsabilități.


-În anii de școală, există studii care arată că educația incluzivă conduce la întărirea sentimentului de apartenență la un grup, pentru elevii cu CES.

Deși elevii cu autism pot forma relații cu colegii lor, foarte rar socializează cu aceștia în afara școlii. Există o teamă de respingere din partea colegilor.



-Cine se acceptă, se iubește  
și crede în el însuși  
este o persoană împlinită.  
-Fiecare persoană este unică  
și noi toți trebuie să acceptăm  
acele caracteristici care  
ne diferențiază, trebuie  
să le apreciem, să construim  
pe baza lor, să le transformăm  
în cele mai bune calități ale noastre.



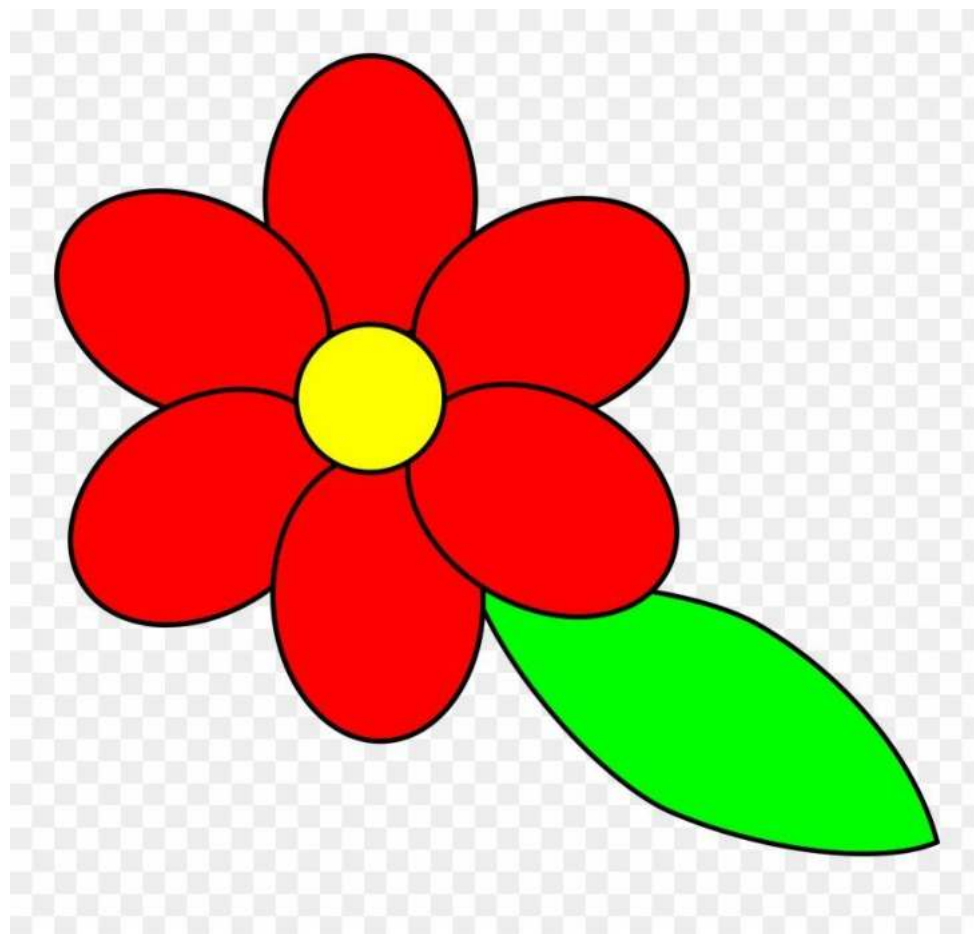


Puncte tari ale persoanelor cu autism formulate de Harriet Kannon de la Universitatea din Leeds, în lucrarea sa *Autis: the positives* 2018:

- atenție la detalii (sunt foarte minuțioși)
- concentrare puternică pe un lucru
- abilități observaționale (învață privind, făcând, se autoevaluează, caută adevărul)
- absorb și rețin date (au o excelentă memorie pe termen lung)
- au abilități vizuale concentrate pe detalii
- posedă expertiză ridicată (cunoaștere în profunzime, nivel înalt de competențe)
- abordare metodică (sunt analitici, observă tiparele imediat)




- au un process de gândire unic
  - creativitate
  - imaginație
  - exprimarea ideilor
  - tenacitate și reziliență
  - determinare
  - automotivare
  - acceptarea diferențelor
- Nimeni nu se poate identifica cu toate aceste trăsături.





## P3. ÎNLĂTURAREA BARIEREI ISTORICE/CULTURALE PENTRU PCP

- PCP urmărește integrarea individului în societate
- PCP este o metodă care are ca scop grija individului cu TSA
- PCP are o bază științifică
- Există bariere culturale și istorice în legătură cu credibilitatea metodei



„Când oamenii care nu sunt obișnuiți să își exprime  
părerile sunt auziți de oamenii care nu sunt obișnuiți  
să asculte, apare schimbarea adevărată”,

John O`Brien

## P4: GESTIONAREA RISCURILOR ÎN PCP

- Planificarea
  - Controlul organizațional
  - Monitorizarea și evaluarea
  - Măsuri preventive
  - Înregistrarea datelor
- 
- Formular de evaluare a riscurilor
  - Măsuri de îmbunătățire
  - Minimalizarea riscurilor.





## Bibliografie:

[https://en.wikipedia.org/wiki/Carl\\_Rogers](https://en.wikipedia.org/wiki/Carl_Rogers)

Materialele rezultate în proiectul Erasmus+Autism\_PCP- "A holistic approach to person-centered planning for people with Autism" (O abordare holistică a planificării centrată pe persoana pentru cei cu Autism), 2018-EL01-KA204-047788, cu perioada de implementare 01.09.2019- 31.08.2021.



**CYCLISIS – Coordonator**

**PARTENERII PROIECTULUI:**

**Școala Gimnazială Smaranda Gheorghiu**

**Maendeleo for Children APS**

**Parvi Nationalen Centar Po Dyslexia**

**Macedonian Scientific Society for Autism**

**D.A.D.A.A – Association of People with Pervasive Developmental Disorder,  
Autism and Asperger**

**Shipcon Limassol Ltd**



**Vă mulțumim pentru atenție!**  
**Vă dorim o zi minunată!**





# AUTISM\_PCP

A holistic approach to  
person-centered  
planning for people  
with autism



This work is created under the Erasmus+ project and is licensed under the [Creative Commons Attribution-Share Alike – 3.0 License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)

This project is funded by the European Commission through the Erasmus+ Programme (KA204 - Strategic Partnerships for adult education).

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Supervised by IKY (State Scholarships Foundation)  
Erasmus+ National Agency Greece



Erasmus+ KA2: Strategic partnership for  
innovation for adult education

Agr. No: 2018-1-EL01-KA204-047788