

Checklist per Ambienti Autism-Friendly (2016) Stephen Simpson RNLD, BPhil (Autism)

NICE Endorsement statement for resource producer -E0063

Questa checklist sostiene le indicazioni sugli ambienti fisici inserite nelle linee guida del NICE sul Disturbo dello Spettro Autistico negli adulti e sul Disturbo dello Spettro Autistico nei minori di 19 anni.

National Institute for Health and Care Excellence September 2016

Molte persone con autismo possono avere serie difficoltà con ambienti “poco amichevoli”. Questo significa che una persona può avere problemi con input sensoriali provenienti dal mondo e intorno a sé. Questa sensibilità può essere iper, ipo o percettiva. Ciò può influenzarli in una varietà di modi, dall’essere distratti, incapaci di concentrarsi e avere un leggero disagio, a sintomi di “dolore” acuto e deterioramento del funzionamento. Se l’ambiente è angoscioso per una persona, questa potrebbe smettere di accedervi. Il risultato può essere una limitazione delle opportunità Sociali, Educative, di Salute e di Intrattenimento.

L’incidenza delle persone con disturbo dello spettro autistico che hanno difficoltà sensoriali è fonte di dibattito, tuttavia il Professore Tony Attwood (2008) ha affermato che:

“...il 40% dei bambini con autismo hanno un qualche tipo di sensibilità sensoriale...l’incidenza potrebbe essere la stessa per la sindrome di Asperger”.

Altre difficoltà nell’ambiente includono la comunicazione non chiara e una mancanza di consapevolezza o di comprensione dell’autismo. Se l’ambiente diventa troppo stressante è anche importante avere la possibilità di scappare da ogni situazione. Questo elenco cerca anche di sollevare questo problema affinché venga considerato.

Tutte le persone autistiche sono, certamente, uniche e hanno i loro specifici modi e bisogni da tenere in considerazione. Questo documento è stato sviluppato per i servizi (o individui) per verificare se questi possano rendere gli ambienti più amichevoli e accrescere la consapevolezza di come potrebbero essere in grado di fare dei cambiamenti.

Un ambiente può essere descritto come qualunque cosa da uno spazio o stanza ad un intero edificio. E’ consigliato che i referenti inizino con un piccolo spazio prima, per esempio in uno studio medico potrebbe essere utile iniziare dalla sala d’attesa.

Poiché questo strumento è creato per essere usato da TUTTI gli individui e gruppi, è suddiviso in DUE parti. Ogni parte è suddivisa ulteriormente in aree con specifiche domande a cui rispondere.

Tutti devono completare la parte A, che dà una visione generica di quali requisiti principali vengono rispettati.

La Parte B è avanzata e dev’essere compilata dai fornitori di servizi specialistici. Per questi si intendono i servizi che sono specifici per l’autismo per esempio centri residenziali o centri diurni.

A – Requisiti base

Si tratta dei requisiti minimi ed essenziali per creare un ambiente Autism Friendly.

1. Sensoriale

- Vista/Visivo
- Olfatto/Olfattivo
- Udito/uditivo
- Consapevolezza del corpo/propriocettivo

2. Sistemi di comunicazione

3. Fuga/andare via

4. Consapevolezza – Informazioni Basilari

B - Avanzato

1. Sensoriale

- Tatto/tattile
- Gusto/gustativo
- Equilibrio/vestibolare

2. Consapevolezza - Avanzata

3. Teoria della Mente/ Flessibilità di pensiero

Per ogni area ci sono numerose domande che dovrai considerare, per aiutarti a valutare in pieno se l'ambiente è autism friendly ti preghiamo di rispondere ad ogni SI, NO, o N/A (Non applicabile).

Sarà l'esame di ogni categoria più che dei deficit di ogni ambiente che potrebbe beneficiarne maggiormente.

Alla fine troverai una sezione intitolata soluzioni/discussione. Dovrai completarla per indicare come pensi di cambiare l'ambiente corrente per fare riferimento a queste cose che non hai considerato.

Queste soluzioni saranno sempre specifiche per ogni area piuttosto che per particolari individui. Avrai bisogno di dare, quindi, soluzioni generiche più che specifiche alla persona individuale.

Ricorda - Per iniziare il processo sarebbe meglio iniziare dal luogo più piccolo e poi espanderlo in aree grandi. E' anche importante rivedere la checklist perlomeno annualmente per vedere come le cose sono cambiate e che progressi sono stati fatti ulteriormente.

Nota- In questo documento il termine 'autismo' si riferisce ai "disturbi dello spettro autistico" includendo autismo, sindrome di Asperger e autismo atipico (o disturbo pervasivo dello sviluppo non in altro modo specificato) inoltre, diversi individui e gruppi preferiscono una varietà di termini per autismo inclusa la condizione di spettro autistico, la differenza di spettro autistico e la neurodiversità.

Informazioni sull'autore

Stephen Simpson lavora come Direttore di Autism Pathway per la South West Yorkshire Partnership Foundation NHS Trust. Ha lavorato nel campo dell'autismo per più di 20 anni e ha conseguito una laurea in Autismo presso l'Università di Birmingham. Stephen lavora attualmente nei servizi specialistici per autistici adulti a Wakefield. Il suo lavoro recente ha incluso la consulenza per le linee guida del NICE e gli Standard di Qualità in autismo.

Grazie al Professore Marios Adamou, Darryl Thompson, la mia famiglia meravigliosa e tutti al Manygates Clinic.

Parte A

Data:

Ambiente:

Referente:

| | Domande Vista/Visivo Alcune persone autistiche hanno difficoltà con stimoli visivi che possono provocargli dolore. Nel migliore dei casi può trattarsi di angoscia e causare perdita di concentrazione. Nel peggiore dei casi potrebbe portare una persona ad evitare completamente l'ambiente. Uno studio di caso è quello in cui una giovane donna autistica non riuscì a parlare ad una conferenza perché il tappeto che conduceva al palco aveva troppe decorazioni e lei non riusciva a camminarci sopra. | Rispondi Sì/No/n.a. |
|---|---|---------------------|
| 1 | Hai mai pensato a quanto i colori dell'ambiente siano a bassa attivazione (ad esempio tinte pastello) o ad alta attivazione (ad esempio colori accesi)? | |
| 2 | Hai mai considerato che l'ambiente possa essere troppo pieno di arredamento? "Si è ipotizzato che le persone con autismo trovino d'aiuto se il mobilio è tenuto ai lati della stanza, lasciando lo spazio centrale libero" (Nguyen, 2006) | |
| 3 | L'ambiente ha forme e superfici troppo piene di trame e decorazioni che possano essere visivamente fastidiose? | |
| 4 | Hai mai pensato che le tende, gli scuri, le veneziane potrebbero essere visivamente fastidiose? | |
| 5 | Hai mai pensato che vestiti o gioielli potrebbero essere visivamente fastidiosi? | |
| 6 | Hai mai valutato se l'ambiente possiede delle luci forti o fluorescenti? | |
| 7 | Hai mai considerato l'effetto della luce solare delle finestre o dei cambiamenti nella luce del giorno che variano in base ai diversi momenti della giornata, o anche a come certe superfici le riflettano? | |

| | | |
|---|---|-------------------------------------|
| | <p>Olfatto/Olfattivo domande</p> <p>Se hai attraversato almeno una volta la sezione profumi di un negozio, allora potresti aver fatto esperienza di questo effetto sui tuoi sensi. Può dare fastidio se sei ipersensibile all'odore e può dare risposte fisiche molto significative quali mal di testa e nausea. E' quindi importante minimizzare il disagio.</p> | <p>Rispondi Sì/No/ n.a.</p> |
| 1 | Hai mai considerato la tossicità o l'acuto odore di pittura o colla da parete usate per decorare l'ambiente? | |
| 2 | Hai mai considerato gli odori dei materiali usati per la pulizia? | |
| 3 | Hai mai considerato gli odori degli individui (inclusi gli animali domestici) usati nell'ambiente? (Deodoranti, profumi, dopobarba) | |
| 4 | Gli odori fastidiosi attraversano gli edifici di stanza in stanza? Hai mai pensato a come isolarli? | |

| | | |
|---|---|-------------------------------------|
| | <p>Udito/uditivo domande</p> <p>Molte persone con autismo sembrano essere ipersensibili ai rumori acuti o ad alta frequenza che non riescono a controllare. Ciò può essere percepito come un dolore intenso e le persone si tappano le orecchie con le dita o con gli auricolari/cuffie insonorizzanti. L'alternativa è nascondere il suono fastidioso mascherandolo con il rumore bianco. A volte il suono più sottile e impercettibile può essere fonte di distrazione come "mm" o un "ticchettio".</p> | <p>Rispondi Sì/No/ n.a.</p> |
| 1 | Hai mai considerato il livello di rumore generale dell'ambiente? | |
| 2 | Hai mai considerato l'udito ipersensibile e cercato specifici rumori che potessero irritare come il ticchettio di un orologio, il rumore delle luci, i rumori della strada o dei lavori di costruzione/giardinaggio in lontananza? | |
| 3 | C'è rumore proveniente dal pavimento che può essere eliminato se necessario? | |
| 4 | Hai mai considerato i livelli di rumore nei diversi momenti del giorno? | |
| 5 | Hai mai pensato a più persone nello stesso ambiente allo stesso momento e al possibile mix di bisogni sensoriali? | |
| 6 | C'è qualche luogo specifico silenzioso o rumoroso che le persone possono scegliere? | |
| 7 | Hai mai considerato i rumori acuti o il loro livello di intensità? | |

| Consapevolezza del corpo / Propriocezione - Domande | | Rispon di Sì/ No/n.a. |
|---|--|-----------------------------|
| | Alcune persone con autismo possono avere problemi di percezione e consapevolezza del proprio corpo e trovare particolarmente difficile lo spostarsi in luoghi non familiari. Alcuni di loro hanno delle ulteriori sfide di “movimento” con cui hanno difficoltà. | |
| 1 | Lo spazio è libero da ostacoli non necessari? | |
| 2 | Nelle stanze sono stati resi più facili gli spostamenti? (Es. Usare colori per distinguere pavimenti, muri e mobilio, così come da stanza a stanza.) | |
| 3 | Hai mai considerato le diverse altezze su cui gli individui potrebbero aver bisogno di muoversi ad esempio gli scalini, le scale e i marciapiedi? | |
| 4 | Hai mai fatto delle modifiche per quelle persone che hanno difficoltà con la motricità fine? (Es. lucchetti, posate, maniglie delle porte) | |

| Comunicazione - Domande | | Rispon di Sì/ No/n.a. |
|-------------------------|--|-----------------------------|
| | In tutti periodi della vita la comunicazione è vitale. Per le persone autistiche questo è forse essenziale. Chiari indicatori privi di ambiguità in tutte le forme possono prevenire lo stress. Come per gran parte della popolazione generale c'è un'evidente preferenza per la ripetizione, per l'uso di un linguaggio appropriato e per un'assenza di cambiamenti improvvisi. | |
| 1 | L'ambiente ha chiari segnali che indichino l'uso di ogni stanza? | |
| 2 | Se appropriato, ci sono dei segni direzionali per raggiungere ogni area? | |
| 3 | Hai mai considerato fino a che punto i sistemi di comunicazione sono supportati dall'utilizzo di simboli, foto, disegni o oggetti? | |
| 4 | Se le stanze non hanno un unico scopo, si riesce ad indicare quando sono usate per diverse funzioni per evitare confusione? | |
| 5 | Ci sono delle fotografie usate per aiutare il riconoscimento delle persone (staff/personone non familiari) se necessario? | |
| 6 | Pianifichi prima di apportare cambiamenti i.e. alle routines, quando va via un membro dello staff o quando ci sono dei lavori nell'edificio? | |
| 7 | Hai mai considerato l'uso dei significati “letterali” nella progettazione dei tuoi ambienti? | |

| | | |
|---|--|---------------------------------|
| | <p>Fuga/andare via - Domande</p> <p>Questo aspetto è particolarmente importante quando ci sono ambienti poco amichevoli che sono difficili da cambiare. Si ritiene che le persone autistiche soffrano di livelli di stress più alti rispetto alla popolazione generale, a causa della loro condizione. E' dunque importante indicare a qualcuno che loro possono lasciare una situazione stressante e dove possono andare quando cercano un luogo più calmo.</p> | Rispon di Si/ No/ n.a. |
| 1 | C'è un sistema per sapere quando una persona con autismo ha bisogno di scappare/andar via da un ambiente? | |
| 2 | C'è uno spazio/stanza in cui scappare? | |
| 3 | Questa stanza/spazio è usato unicamente per questo obiettivo? | |
| 4 | Hai mai pensato fino a che punto questo luogo è privo di stimoli e sicuro? | |
| 5 | C'è un'alternativa alla stanza/spazio fuga? (es. il giardino) | |

| | | |
|---|--|---------------------------------|
| | <p>Domande sulla consapevolezza-base</p> <p>E' importante che ognuno in un'organizzazione abbia qualche conoscenza base sull'autismo e che sia aggiornato sui propri bisogni formativi. Essere consapevole delle barriere al cambiamento può essere determinante per un'efficace risoluzione di problemi</p> | Rispon di Si/ No/ n.a. |
| 1 | Sei nelle condizioni di effettuare dei cambiamenti all'ambiente sensoriale di base? (i.s. se ci sono vincoli pratici o finanziari) | |
| 2 | Hai mai pensato a fino a che punto l'ambiente è fondamentalmente "sicuro" per persone con autismo? | |
| 3 | Sei aggiornato sulla consapevolezza sull'autismo in modo da poter rispondere a questo elenco? | |

Parte B

| Sensoriale tatto/tattile - Domande | | Rispon di Sì/ No/n.a. |
|---|--|-----------------------------|
| <p>Alcune persone autistiche hanno differenze sensoriali relativamente al tatto. Questo può essere complicato dalla ricerca degli stimoli tattili o dalla fuga totale dagli stessi. Il tocco può variare in pressione e anche in base alle diverse parti del corpo. Mentre alcuni possono preferire soltanto un tocco leggero o non avere alcun contatto, altri si calmeranno con una pressione ferma fino ad arrivare a schiacciarsi in vestiti troppo stretti o in un angolo della stanza. Sbagliare il tocco ed essere toccati in modo sbagliato può causare un forte stress e reazioni acute.</p> | | |
| 1 | Ci sono materiali sensoriali disponibili per gli individui per esplorare il senso del tatto nell'ambiente? i.e. sabbia, acqua, tessuti. | |
| 2 | Hai una varietà di materiali e nelle quantità necessarie ad ogni individuo che cerchi una stimolazione sensoriale? | |
| 3 | C'è l'opportunità di accedere in modo appropriato ad aree di gioco morbide/dedicate alla lotta per gli individui che ne necessitano? | |
| 4 | Sono disponibili dei massaggi per gli individui, se necessario? (Considera quanto spesso, da chi) | |
| 5 | Hai mai pensato a costruire una mappa del corpo su cui gli individui possono indicare le zone in cui piace/non piace essere toccato? | |
| 6 | Se non è stata fatta una mappa del corpo sei in grado di determinare dove a queste persone piace/non piace essere toccate? | |
| 7 | Ci sono degli spazi stretti in cui gli individui possono stringersi se volessero per calmarsi attraverso l'uso della pressione profonda? | |
| 8 | Ci sono dei segnali che indichino dove sono le superfici calde? | |
| 9 | Hai mai considerato la sicurezza per le persone che sono iposensibili al tatto e come gestirla? | |

| Domande - Gusto / Gustativo | | Rispon di Sì/ No/n.a. |
|---|--|-----------------------------|
| <p>Le persone con autismo possono essere "schizzinose con il cibo"? Questa affermazione può essere ingiusta in quanto indica che ci sia sempre una scelta consapevole. Comunque, se le tue sensazioni di gusto sono influenzate, ad esempio sei ipersensibile ai sapori o iposensibile i.e. non riesci a mangiare nessun cibo insipido, allora questo è un limite alle tue scelte. Per coloro che non riescono a comunicare questo limite, come le persone con disturbi specifici dell'apprendimento, può essere importante comprendere meglio questa difficoltà.</p> | | |
| 1 | Hai una varietà di cibi disponibile, di diverse consistenze e temperature? | |
| 2 | C'è la possibilità di intensificare il gusto dei cibi aggiungendo condimenti o spezie? | |
| 3 | C'è un chiaro protocollo da seguire su cosa fare quando qualcuno mangia o mette in bocca cibi non edibili? | |

| | | |
|---|--|--|
| 4 | Hai mai pensato che le persone preferiscono alcuni cibi per non toccare gli altri? | |
| 5 | Hai mai considerato che le persone possono preferire alcuni cibi colorati o gusti forti? | |

| | | |
|---|--|-----------------------------|
| | Domande - Equilibrio / Vestibolare | Rispon di Sì/ No/n.a. |
| | Certi movimenti autoconsolatori possono aiutare ad abbassare i livelli di stress. Molti bambini (e adulti) con autismo useranno un tappeto elastico per calmarci. La stessa limitazione del movimento, specialmente per le persone che ci sono abituate, può essere fonte di stress. | |
| 1 | L'ambiente è adatto a persone che cercano movimenti, per esempio per coloro che hanno bisogno di molto spazio, aree morbide, altalene o tappeti elastici? | |
| 2 | Ci sono delle opportunità per le persone per muoversi da dentro a fuori? | |
| 3 | Hai mai considerato come le limitazioni di movimento influenzino gli individui? | |
| 4 | L'ambiente è adatto alle persone che sono ipersensibili al movimento, per esempio per l'uso dell'attrezzatura e supporti per aiutare con l'equilibrio? | |
| 5 | Le routines sono flessibili per coloro che hanno difficoltà con i disturbi di movimento, per esempio, viene dato abbastanza tempo al movimento durante il giorno? | |

| | | |
|---|--|---------------------------------|
| | Consapevolezza - domande avanzate | Rispon di Sì/ No/ n.a. |
| | Se stai riempiendo questa sezione, lavori in un servizio specialistico e devi considerare se tutto lo staff è altamente formato e sei consapevole di considerazioni sia individuali che di ambiente. | |
| 1 | Hai considerato fino a che punto sei pienamente consapevole di tutte le difficoltà sensoriali di ognuno? (Vedi il profilo fornito da Bogdashina, 2016) | |
| 2 | Sei nelle condizioni di apportare cambiamenti all'ambiente sensoriale, per esempio ci sono dei limiti pratici o economici? | |
| 3 | Hai mai considerato fino a che punto l'ambiente è "sicuro" per le persone con autismo? | |
| 4 | Hai una formazione aggiornata avanzata sull'autismo per rispondere a questo elenco? | |

| Domande - Flessibilità di Pensiero/Teoria della Mente | | Rispon di Si/ No/n.a. |
|---|---|-----------------------------|
| | La rigidità di pensiero è parte della condizione dell'autismo. Alcune persone non riescono sempre a generalizzare ed è importante non presumere che lo facciano. A volte può sembrare che una persona mostri mancanza di empatia, tuttavia ciò potrebbe essere perché hanno una mancanza di teoria della mente e non riescono a mettersi nei panni degli altri. | |
| 1 | Sei consapevole degli interessi totalizzanti delle persone nell'ambiente e di come facilitare e gestirne le differenze? | |
| 2 | Sei tu/il tuo staff consapevole del concetto di Flessibilità di Pensiero? | |
| 3 | Hai pensato che poiché c'è stata una risposta buona/cattiva in un ambiente, ciò può non essere generalizzato ad un ambiente simile? | |
| 4 | Hai pensato che le persone con autismo possono avere difficoltà ad interpretare gli altri in quanto incapaci di empatizzare e mettersi nei loro panni? | |
| 5 | Hai mai considerato come quello può influenzare i tuoi approcci negli ambienti in cui loro vivono? | |
| 6 | Sei consapevole delle strategie di adattamento per gli individui nell'ambiente? | |

Data per revisionare e ripetere la checklist

| |
|-------------|
| <hr/> <hr/> |
|-------------|

Soluzioni/Discussioni

| |
|--|
| |
|--|

Bibliografia / Letture ulteriori

Attwood.T (1998) – Asperger Syndrome: a guide for parents and professionals. London. Jessica Kingsley publishers.

Attwood.T (2008) – The Complete Guide to Asperger Syndrome: a guide for parents and professionals. London. Jessica Kingsley publishers.

Bogdashina. O- (2003) - Sensory Perceptual Issues in Autism: Different Sensory Experiences - Different Perceptual Worlds, London. Jessica Kingsley Publishers.

Bogdashina. O- (2016) - Sensory Perceptual Issues in Autism and Asperger's syndrome second edition: Different Sensory Experiences - Different Perceptual Worlds, London. Jessica Kingsley Publishers.

Clements, J. and Zarkowska, E. (2000) Behavioural concerns and autistic spectrum disorders: explanations and strategies for change. London Jessica Kingsley Publishers

Clements, J. (2005) People with Autism Behaving Badly – Helping People with ASD move on from Behavioural and Emotional Challenges. London Jessica Kingsley Publishers

Godwin Emmons, P. and McKendry Anderson, L. (2005) Understanding sensory dysfunction: Learning, Development and Sensory Dysfunction in Autism Spectrum Disorders, ADHD, Learning Disabilities and Bipolar Disorder. London. Jessica Kingsley Publishers.

Howlin.P (2009) – Children with Autism and Asperger syndrome: A guide for practitioners and carers. Chichester. Wiley

Jordan. R (2001) –Autism with Severe Learning Difficulties: A guide for parents and professionals. London. David Fulton

Humphreys, S (2005) 'Autism & architecture' www.autismlondon.org.uk/pdf-files/bulletin_feb-mar_2005 accessed 16 March 2006

Morton-Cooper (2004)-Health Care and the Autism Spectrum –A Guide for Health Professionals, Parents and Carers, London, Jessica Kingsley Publishers. National Autistic Society (2016)-Information sheet: What is autism? London. National Autistic Society.

National Autistic Society (2016) - Information sheet: What is Asperger syndrome? London. National Autistic Society.

National Institute for Health and Care Excellence (NICE) (2012) –Autism: recognition, referral, diagnosis and management of Adults on the Autism Spectrum (CG142)

National Institute for Health and Care Excellence (NICE) (2013) – Autism: The management and support of Children and Young people on the Autism Spectrum (CG170)

National Institute for Health and Care Excellence (NICE) (2014) - Autism Quality Standard (QS51)

Nguyen.A (2006), Creating an autism-friendly environment, London. The National Autistic Society.

Plimley.L (2004) Analysis of a student task to create an autism-friendly living environment. BILD.Good Autism Practice Journal 5.2 Pp35-41

Whitaker.P (2001) –Challenging Behaviour and Autism-Making sense, making progress;; A guide to preventing and managing challenging behaviour for parents and teachers. London. National Autistic Society.

Whitehurst. T (2006)-The impact of building design on children with autistic spectrum disorders. BILD Good Autism Practice Journal 7.1 pp31-9