

♦ Φωτομάρα 32 Ν.  
Κόσμος Αθήνα.

Τηλ: 210-92382170/ 210-9220993

♦ Κάππεν Ρέμπελου 1 κ'  
Φρατζή Ν. Κόσμος  
Αθήνα.

Τηλ: 210-9013463

♦ Δεληγιάννη 2 Άλιμος.

Τηλ: 210-9965203

E-mail:

[info@proseggisi.gr](mailto:info@proseggisi.gr)

Site:

[www.proseggisi.gr](http://www.proseggisi.gr)

#### ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Σημείωμα του εκδότη	1
Δείχνετε την αγάπη σας;	1-2
Είναι το παιδί μας άτακτο;	2
“Θα μεγαλώσει η μύτη σου”	3
Γνωρίζετε ότι...	3
Ατομικό Ημερήσιο πρόγραμμα TEACCH	4
“Ένας φίλος επιπέλους”	5
Αυτισμός: Διδάξτε την ανεξαρτησία	5-6
28η Οκτωβρίου	7
Η γιορτή του Αγίου Δημητρίου	8
Η βιογραφία της Βουγιουκλάκη	8

# Προσέγγιση

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΕΚΦΡΑΣΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗΣ ΑΠΟΨΗΣ

ΤΕΥΧΟΣ 32 / ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2012

ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

## ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΤΟΥ ΕΚΔΟΤΗ

ΕΜΕΙΣ ΕΙΜΑΣΤΕ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΤΟΥ

- Ε** Είστε το πρότυπό του  
**Ι** Ιεραρχείτε τον χρόνο σας και δώστε του ένα μεγάλο μέρος  
**Σ** Στηρίξτε το στις προσπάθειές του  
**Τ** Ταίστε την ψυχή του με την τροφή της αποδοχής  
**Ε** Ενισχύστε την προσπάθειά του και όχι το αποτέλεσμα του
- Γ** Γίνετε η ήσυχη φωλιά του όταν είναι ταραγμένο  
**Ο** Οδηγείτε το στον κόσμο της γνώσης  
**Ν** Νιώστε τις ανάγκες του και μην περιμένετε πάντα να τις πει  
**Ε** Ενθαρρύνετέ το να μιλήσει για αυτά που νιώθει  
**Α** Αφήστε το να σας πει την άποψή του πριν πάρετε μία απόφαση για εκείνο  
**Σ** Σταθείτε δίπλα του και ανοίξτε την ψυχή σας και τα αυτιά σας

## Φροντίζετε να δείχνετε την αγάπη σας προς τα παιδιά σας;

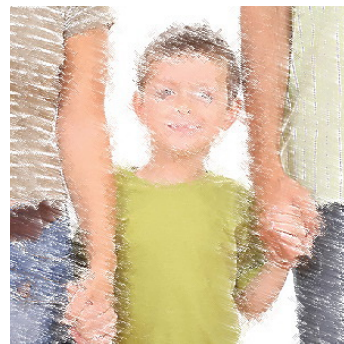
Η αγάπη που προσφέρουν οι γονείς, είναι από τους πλέον καθοριστικούς παράγοντες για την ανάπτυξη του ψυχικού κόσμου των παιδιών τους. Η αγάπη αυτή πρέπει να εκφράζεται προς τα παιδιά με λόγια και πράξεις και όχι μόνο με την προσφορά υλικών αγαθών.

Μέσα στην καθημερινή πίεση και τις αμέτρητες σκοτούρες που βασανίζουν τους σύγχρονους γονείς, πιθανόν συχνά να ξεχνούν να δείχνουν προς τα παιδιά τους, στο βαθμό που θα έπρεπε, την αγάπη που πραγματικά νιώθουν για αυτά. Όμως τα παιδιά, οποιασδήποτε ηλικίας, έχουν συνεχώς ανάγκη να αισθάνονται την αγάπη, την εκτίμηση και την υποστήριξη και από τους δύο γονείς τους. Ακολουθούν μερικοί απλοί τρόποι, που μπορούν να προσφέρουν ανεκτίμητες υπηρεσίες στο παιδί σας και κατά συνέπεια προς εσάς και την οικογένεια σαν σύνολο:

• Όταν είστε με τα παιδιά σας

να έχετε εποικοδομητική προσέγγιση και να χρησιμοποιείτε θετικές φράσεις και λέξεις

- Είναι σημαντικό να ανταποκρίνεστε άμεσα και με ένα αίσθημα αγάπης στις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών σας. Αποφεύγετε από το λεξιλόγιο σας, φράσεις ή λέξεις που να μειώνουν το παιδί
- Να κάνετε επιπρόσθετες προσπάθειες να δίνετε το καλό παράδειγμα, τόσο στο σπίτι όσο και έξω όταν βρίσκεστε με άλλους. Χρησιμοποιείτε συχνά και όποτε είναι αναγκαίο λέξεις όπως ‘ευχαριστώ’, ‘παρακαλώ’ και ‘συγγνώμη’ ή ‘λυπάμαι’
- Όταν το παιδί σας είναι θυμωμένο, σε κακή διάθεση ή σε κατάσταση που σας αντιμιλάει, προσπαθήστε να εκτονώσετε την κατάσταση με ένα αγκάλιασμα, ένα χάδι, με μια άλλη κίνηση που ξέρετε ότι του αρέσει ή ακόμη με ένα “μυστικό νόημα” που μόνο εσείς οι



δύο το γνωρίζετε

- Να χρησιμοποιείτε μη βίαιους τρόπους πειθαρχίας όταν αυτό επιβάλλεται. Στην ουσία οι γονείς θα πρέπει να αρχίσουν να εφαρμόζουν τρόπους ανταμοιβής ή περιορισμούς, χρόνια πριν από την εφηβεία. Αυτό θα θέσει τις βάσεις για μια καλύτερη αντιμετώπιση των δύσκολων χρόνων της εφηβείας. Στην εφηβεία, εάν τα παιδιά παραβιάζουν συνεχώς σημαντικούς κανόνες που πρέπει να τηρούνται, χωρίς καμιά συνέπεια, τότε ενθαρρύνονται να παραβιάσουν ακόμη περισσότερους κανόνες
- Να έχετε πάντοτε στο πρόγραμμα σας να περνάτε χρόνο, για παράδειγμα μισή μέρα κάνοντας με το παιδί ή τον έφηβό σας κάτι που ξέρετε ότι του αρέσει

(συνέχεια)

- Είναι πολύ καλό να προγραμματίζετε να κάνετε οικογενειακά παιχνίδια με τρόπο τέτοιο που όλη η οικογένεια να βρίσκεται μαζί. Σημειώστε στο ημερολόγιο τις ημέρες που επιλέξατε και για κάθε μέρα σημειώστε το όνομα ενός μέλους της οικογένειας. Θα κάνετε την ημέρα εκείνη, το αγαπημένο παιχνίδι ή δραστηριότητα που μέλους της οικογένειας του οποίου έχετε γράψει το όνομα για την ημερομηνία εκείνη
- Τα οικιακά ζώα μπορούν να κάνουν τα παιδιά να νιώθουν καλύτερα. Ιδιαίτερα φαίνεται ότι αυτό βοηθά τα παιδιά με χρόνιες ασθένειες. Εάν είναι δυνατό σκεφτείτε να προσφέρετε την ευκαιρία αυτή στα παιδιά σας. Τα κάνει πιο δραστήρια από σωματικής άποψης, βελτιώνει τη γενική τους προσέγγιση και παράλληλα τους προσφέρει μια συνεχή συντροφιά
- Ένας πολύ καλός τρόπος για να μάθουν τα παιδιά σας να επιλέγουν τη σωστή διατροφή είναι να τα ενθαρρύνετε να μαγειρεύουν όταν είναι δυνατό, μαζί σας. Η συμμετοχή τους στον προγραμματισμό του μενού, στο ψώνισμα όλων

των υλικών, στο μαγείρεμα και στο σερβίρισμα μπορεί να έχει αξιολογές ευεργετικές επιδράσεις τόσο στον τρόπο διατροφής τους αλλά και στις σχέσεις τους μαζί σας

- Μεγαλώνοντας το παιδί θα αφιερώνει όλο και περισσότερο χρόνο για να αναπτύσσει καινούργιες δεξιότητες σε διάφορους τομείς. Εσείς θα πρέπει να φροντίζετε να το ενθαρρύνεται και να του δίνετε μέσα στα πλαίσια των δυνατοτήτων σας, κάθε βοήθεια που μπορείτε, τόσο ενθαρρύνοντας το όσο και δίνοντας του την υλική βοήθεια που χρειάζεται
- Η υγεία του παιδιού σας εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από τη φροντίδα και την καθοδήγηση που θα του δώσετε από τα πρώτα χρόνια της ζωής του
- Πρέπει να καταλάβετε ότι ανεξάρτητα από το πόσο θα προσπαθήσετε με ενεργό τρόπο να δείξετε ή να μεταφέρετε κάποιες από τις αξίες σας στο παιδί σας, αυτό ζώντας μαζί σας και παρακολουθώντας σας, θα απορροφήσει πολλές από τις αξίες σας. Θα δει πόσο πειθαρχημένος είστε στη δουλειά

σας, πόσο εφαρμόζετε αυτά που λετε και πόσο συνεπείς είστε στις πεποιθήσεις σας

- Ένα από τα πιο σημαντικά δώρα που θα δώσετε στο παιδί σας είναι να το βοηθήσετε να αναπτύξει την **αυτοπεποίθηση** του. Το παιδί σας χρειάζεται τη συνεχή σας υποστήριξη και ενθάρρυνση για να ανακαλύψει τις δυνάμεις του. Χρειάζεται να ξέρει ότι πιστεύετε σε αυτό, ότι γνωρίζετε ότι μπορεί να φτάσει σε δύσκολους στόχους. Αυτό το βοηθά να πιστέψει στις δικές του δυνάμεις και έτσι να ενεργοποιήσει τις πολλές δυνάμεις που έχει και πιθανόν να μην έχει ακόμη ανακαλύψει. Η διαδικασία αυτή επιβάλλει να νιώθει την αγάπη σας, να ξοδεύετε χρόνο μαζί του και να το επαινείτε για τα επιτεύγματα του
- Και τέλος, οποιαδήποτε ηλικία και αν έχει το παιδί σας, να μη ξεχνάτε να του λετε ότι το αγαπάτε!

Πηγή: [www.medlook.net.cy](http://www.medlook.net.cy)

## ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΑΣ ΑΤΑΚΤΟ; ...ή μήπως οι δυσκολίες Συναισθηματικής διαχείρισης και Κοινωνικής συμπεριφοράς σχετίζονται με πηγαίες δυσκολίες Λόγου/Ομιλίας – Επικοινωνίας;

Μαρτίνης Ιωάννης, Λογοθεραπευτής Κέντρου ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Η απάντηση θα μπορούσε να είναι και ΝΑΙ και ΟΧΙ υπό προϋποθέσεις. Και σε αυτές τις προϋποθέσεις θα αναφερθούμε στο παρακάτω κείμενο διότι συχνά-πυκνά τα φαινόμενα ατατούν και στην συμπεριφορά των παιδιών μας.

Έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί σε παιδιά με δυσκολίες συμπεριφοράς και συναισθηματικής διαχείρισης σε διαφορετικές ηλικιακές περιόδους, σε διαφορετικά περιβάλλοντα, με διαφορετικά αξιολογητικά εργαλεία, όλες έχουν καταδείξει ότι πολλά από αυτά τα παιδιά εμφανίζουν μη διαγνωσμένα προβλήματα επικοινωνίας (Burgess & Bransby, 1990; Giddan, 1996; Cohen, 1998).

Αυτό με απλά λόγια σημαίνει ότι θα πρέπει πάντα να αναλογιζόμαστε σοβαρά την πιθανότητα ένα παιδί το οποίο δεν συμπεριφέρεται όπως θα περιμέναμε να διαθέτει ελλείψεις δεξιότητες επικοινωνίας. Ειδικά σε παιδιά προσχολικής ηλικίας η πιθανότητα αυτή είναι αρκετά βάσιμη και συχνά επιβεβαιώνεται (Schultheis, 2001).

Συνεπώς κάποιες από τις προβληματικές συμπεριφορές των παιδιών προκύπτουν διότι πολύ απλά είτε δεν κατανοούν τί τους λέμε (τουλάχιστον όχι απόλυτα), είτε δεν είναι σε θέση να εκφράσουν τις σκέψεις και επιθυμίες τους με επαρκή σαφήνεια και να διαπραγματευτούν (αν χρειαστεί), ή διαθέτουν χαμηλές δεξιότητες κοινωνικής επικοινωνίας με αποτέλεσμα να επιφέρουν στην επικοινωνία αδικαιολόγητη ένταση (δίχως να είναι αυτή η πρόθεση τους).

Οι δεξιότητες οι οποίες σχετίζονται με την δημιουργία και διατήρηση φιλικών σχέσεων μπορεί να υποβαθμιστούν σημαντικά από αδιάγνωστες δυσκολίες επικοινωνίας σε παιδιά που χαρακτη-



ρίζονται προσχολικά ως ντροπαλά, συνεσταλμένα («μαζεμένα») και αμυντικά (Evans, 1996).

Επομένως παιδιά που εμφανίζουν αναπτυξιακές δυσκολίες επικοινωνίας και εμείς θεωρούμε ότι εμφανίζουν δυσκολίες συμπεριφοράς και κοινωνικής προσαρμογής είναι λογικό ότι θα «αδικηθούν» από όλους μας στην προσπάθεια εξομάλυνσης της συμπεριφοράς τους και ένταξης στην κοινωνική ομάδα (σχολείο, οικογένεια, φιλική παρέα κλπ).

Ένα μέρος της «αδικίας» έγκειται καθρεπτίζεται σε μία έρευνα όπου εκπαιδευτικοί και μητέρες των παιδιών που έχουν αδιάγνωστη δυσκολία επικοινωνίας τα χαρακτηρίζαν σταθερά ως πιο «δύσκολα» παιδιά συγκριτικά με παιδιά που έχουν διαγνωσμένες δυσκολίες λόγου/ ομιλίας- επικοινωνίας (Cohen & Lipsett, 1991). Όταν μάλιστα εντοπίστηκε το ελλείπες επικοινωνιακό δυναμικό των παιδιών τους, τότε οι ίδιες μητέρες και οι ίδιοι εκπαιδευτικοί δεν θεωρούσαν ότι τα παιδιά τους είναι πια και τόσο «δύσκολα» ή η συμπεριφορά τους εξίσου εκνευριστική και απογοητευτική με την προ διάγνωσης εποχή. Επήλθε

λοιπόν ποιοτική κατανόηση του τι κάνει το παιδί και ποια ανάγκη ή αδυναμία πιθανώς να εξυπηρετεί η συμπεριφορά του..

Έτσι αλλάζουμε τον τρόπο με τον οποίο επιχειρούμε να οδηγήσουμε το παιδί σε συμβατή κοινωνική συμπεριφορά προσαρμόζοντας την επικοινωνία μας στις δυνατότητες του δυναμικού επικοινωνίας του παιδιού και αναθεωρώντας την έννοια του «μη-συνεργάσιμου» ταμπραμέντου ενός παιδιού. Όπως είναι λογικό αναπόφευκτα αναβαθμίστηκε και η συνεργασία/ σχέση τους με τα συγκεκριμένα παιδιά. Οι Kaler & Kopp (1990), έδειξαν ότι το κατά πόσο θα πειθαρχούσαν τα νήπια με τις εντολές των ενηλίκων είχε σχέση με το πόσο καλά κατανοούσαν την γλώσσα που χρησιμοποιούσε ο εντολέας. Συνήθως αν κατανοούσαν την εντολή του γονέα, εκπαιδευτικού, την εκτελούσαν κιάλας.

Προτού λοιπόν «κατηγοριοποιήσουμε» ως περιθωριακή ή «δύσκολη» την γενικότερη συμπεριφορά ενός παιδιού, ας σιγουρευτούμε ότι το δυναμικό λόγου/ομιλίας και επικοινωνίας του παιδιού κυμαίνεται σε ικανοποιητικό επίπεδο. Είναι διαφορετικό να μην κατανοεί και να παρεξηγεί το παιδί την επικοινωνιακή μας πρόθεση και διαφορετικό να προκαλεί με την συμπεριφορά του δοκιμάζοντας τα όρια των ανθρώπων γύρω του σε μία προσπάθεια να χειριστεί τους καταστάσεις. Μία αξιολόγηση από Λογοθεραπευτή επομένως ίσως βοηθήσει την οικογένεια και το παιδί εγκαίρως.

## « Θα μεγαλώσει η μύτη σου..»

### Ελευθερία Μπερδεκλή, Ψυχοπαιδαγωγός ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ

Ψέμα: η πρόταση που λέγεται από κάποιον με σκοπό να πείσει τους γύρω του ότι κάτι είναι αληθινό, ενώ συνειδητά γνωρίζει ότι δεν είναι.

Αυτός ο ορισμός του τι είναι «ψέμα» μας φανερώνει την ανάγκη ή την επιθυμία, πολλές φορές, των ανθρώπων να πουν ψέματα με σκοπό να αποκρύψουν ή να αλλάξουν την αλήθεια. Οι λόγοι που οδηγούν στο ψέμα πολλοί, αλλά κυρίως σχετίζονται με το «φόβο». Φόβο θανάτου, φόβο πρόκλησης ποικίλων ψυχολογικών διαδικασιών, φόβο τιμωρίας, απώρευσης και πολλοί άλλοι φόβοι, που μας



οδηγούν να πούμε ψέματα ακόμα και στα πιο αγαπημένα μας πρόσωπα.

Μια μόνο χρονική περίοδος στην ανάπτυξή μας, το ψέμα κυριαρχεί χωρίς ενοχή, φόβο ή τιμωρία. Είναι τα τέσσερα πρώτα χρόνια της ζωής μας, όπου ερχόμαστε αντιμέτωποι με τον κόσμο γύρω μας, τον εξερευνούμε και η φαντασία μας δίνει ζωή και ψυχή σε ό,τι βλέπουμε δίπλα μας. Είναι αυτή η «μαγική φάση» όπου η φαντασία και η πραγματικότητα ταυτίζονται, που τα αισθήματα παντοδυναμίας κάνουν το παιδί να δίνει πνοή σε ένα σωρό πράγματα και να νιώθει ισχυρό να νικήσει και να καταφέρει τα πάντα.

Εκεί γύρω όμως στον 4ο χρόνο ζωής και μετά, το παιδί αρχίζει να ανακαλύπτει τη διαφορά του πραγματικού από το φανταστικό και βομβαρδίζει με ερωτήσεις του γονείς του απαιτώντας την αλήθεια. «υπάρχει Άη Βασίλης;» «Υπάρχουν δράκοι, μάγισσες ή νεράιδες;».

Ο καθένας μας αντιλαμβάνεται και προσεγγίζει διαφορετικά την πραγματικότητα, γι' αυτό και η αντίληψη για την αλήθεια και το ψέμα διαμορφώνεται σε καθαρά προσωπικό επίπεδο και υποκειμενικές βάσεις. Όμως, οι ενήλικες πολύ συχνά βιώνουν το ψέμα του παιδιού ως προσβολή πιστεύοντας ότι «συνειδητά» θέλει να τους μειώσει ή να τους θυμώσει. Αυτό το «συνειδητά» και το «επίτηδες» όμως είναι που κάνει τη διαφορά,

γι' αυτό το «συνειδητό» ψέμα μπορεί να είναι μια αναγκαστική λύση, μια στρατηγική, για να αντιμετωπιστεί ο φόβος και να διασφαλιστεί η ψυχική ισορροπία και η γαλήνη. Επομένως, η προσπάθεια του παιδιού να φροντίσει τις εσωτερικές του ανάγκες και να εξασφαλίσει την ηρεμία πρέπει να αντιμετωπιστεί με προσοχή και κατανόηση από πλευράς των γονιών. Μόνο έτσι, θα γίνει ανάληψη ευθυνών από τα παιδιά βοηθώντας τα να μπουν στον κόσμο των ενηλίκων, και να γίνουν κατανοητά από τους γονείς τα πράγματα αίτια που οδηγούν στο ψέμα.

Το να αντιμετωπιστεί ένα παιδί που πιάστηκε να λέει ψέμα με τιμωρία, δεν εξασφαλίζει την μη επανάληψη του ψέματος και την ανάληψη ευθυνών, όπως και όταν η αντιμετώπιση των γονιών προκαλεί αισθήματα ενοχής στο παιδί. Όσο πιο αυστηρές είναι οι τιμωρίες (λεκτικές, σωματικές, συναισθηματικές), τόσο μεγαλύτερη ανάγκη νιώθουν τα παιδιά να πουν ψέματα. Αντίθετα, η αντιμετώπιση με κατανόηση και αποδοχή της αιτίας που οδήγησε στο ψέμα είναι ένα πρώτο καλό βήμα προς την εκπαίδευση του παιδιού στο τι είναι αλήθεια, τι ψέμα, τι συνέπειες και τι άλλοι τρόποι επίλυσης προβλημάτων υπάρχουν.

Όλοι μας έχουμε πει ψέματα κάποια στιγμή στη ζωή μας, κάποια από αυτά αποκαλύφθηκαν άλλα όχι, μερικοί από εμάς τιμωρήθηκαν άλλοι όχι. Η μύτη μας μπορεί να μην μεγαλώνει, όπως του μικρού Πινόκιο, όμως πολλές φορές νιώθουμε το στομάχι μας δεμένο κόμπο, μήπως αποκαλυφθεί το ψέμα μας και τιμωρηθούμε.

Είναι σημαντικό, λοιπόν, να κατανοήσουμε όλοι μας τις πραγματικές αιτίες που οδηγούν σε ένα ψέμα, και να ενδυναμώσουμε ψυχολογικά και συναισθηματικά τα παιδιά, να αναλαμβάνουν τις ευθύνες τους και να τολμούν να πουν την αλήθεια, όσο δύσκολο και να φαντάζει αυτό. Προσοχή, όμως, γιατί δεν είναι μόνο τα παιδιά εκείνα που ψεύδονται, είναι και οι γονείς, οι οποίοι είναι οι πρώτοι που θα πρέπει να γίνουν το παράδειγμα προς μίμηση....

#### Γιατί τα παιδιά λένε ψέματα;

- ✦ *Εξαιτίας του φόβου τιμωρίας που νιώθουν*
- ✦ *Για να εξασφαλίσουν την αγάπη, αποδοχή και εκτίμηση των γονιών, καθώς ανησυχούν ότι αν δεν γίνει κάτι σωστά ή δεν το καταφέρουν κάτι θα δεχτούν υποτίμηση ή δεν θα είναι αγαπητά από τους γύρω και κυρίως τους γονείς*
- ✦ *Για να προσπατήσουν κάποιον άλλον ή και τους εαυτούς τους*
- ✦ *Γιατί μπορεί να έχουν εξαναγκαστεί από κάποιον άλλον*
- ✦ *Γιατί απλά δεν μπορούν να εκπληρώσουν όλες τις επιθυμίες και τις ανάγκες τους και πιστεύουν ότι πρέπει να κρύβουν τα αρνητικά τους συναισθήματα...*

## Γνωρίζατε ό,τι...

Το ανθρώπινο σώμα έχει 45 μίλια νεύρα!

• Η γλώσσα μιας καμηλοπάρδαλης έχει το ίδιο μήκος με τη διάμετρο μιας 21" τηλεόρασης!

• Με εξαίρεση τις σημαίες της Ελβετίας και του Βατικανού που είναι τετράγωνα, οι σημαίες όλων των άλλων χωρών είναι ορθογώνιες παραλληλόγραμμα.

## Ατομικό Ημερήσιο Πρόγραμμα (TEACCH)

Σπηλιωτοπούλου Κατερίνα, Μαμά παιδιού

Η κυρία Σπηλιωτοπούλου, είναι γονέας παιδιού που παρακολουθεί πρόγραμμα στο κέντρο μας, και μοιράζεται μαζί μας πολύ σημαντικές πληροφορίες από την δική της εμπειρία σε σχέση με την εφαρμογή ατομικού δομημένου προγράμματος εκπαίδευσης (TEACCH) στο παιδί της. Την ευχαριστούμε πολύ γι' αυτό και ελπίζουμε το άρθρο αυτό να είναι μια αρχή ανταλλαγής απόψεων και εμπειριών ανάμεσα σε γονείς και ειδικούς, που σίγουρα θα μας δώσει μια ακόμα πολύ χρήσιμη διάσταση στην κατανόηση της ανάπτυξης των παιδιών μας και στην σχέση "θεωρίας και πράξης".

«Είναι πραγματικά πολύ σημαντικό πράγμα, να μπορούν οι γονείς να δημιουργούν όρια, κανόνες αλλά και δομή στη ζωή του παιδιού. Το ημερήσιο πρόγραμμα δείχνει στο παιδί τι δραστηριότητες και τι γεγονότα θα συμβούν μετά και με ποιά σειρά. Το πρόγραμμα είναι οπτικό, με αντικείμενα, φωτογραφίες, σκίτσα ή λέξεις. Βοηθάει το παιδί και το προετοιμάζει για τις μεταβάσεις από χώρο σε χώρο και δραστηριότητα. Οι μεταβάσεις αυτές είναι δύσκολες για τα παιδιά με αυτισμό γιατί σημαίνουν αλλαγή. Οι ξαφνικές αλλαγές δημιουργούν αντίδραση → άγχος → έκρηξη. Οι αλλαγές ωστόσο υπάρχουν στη κοινωνία. Καθώς το παιδί μεγαλώνει οι απαιτήσεις αυξάνονται, υπάρχουν απρόοπτα, εκπλήξεις και οι αλλαγές είναι αναπόφευκτες!

Ως γονιός λοιπόν αποφάσισα να μην χρησιμοποιώ καθημερινά το ημερήσιο πρόγραμμα στο παιδί. Θέλω να δώσω την ευκαιρία στο παιδί να διαλέξει, ν' αντιδράσει, να διαφωνήσει, να ζητήσει τις αλλαγές και να συνηθίσει. Γιατί η «αλλαγή δεν είναι μερικώς απαραίτητη στη ζωή, είναι η ζωή». ALBIN. Τις λίγες φορές που χρησιμοποιώ το πρόγραμμα δίνω την ευκαιρία στο παιδί να διαλέξει αυτό που του αρέσει, βάζοντας πάντα μέσα τις δραστηριότητες που θέλω και εγώ. Αυτό που δοκιμάζω είναι να αλλάζω τη σειρά των δραστηριοτήτων στο πρόγραμμα ή να την ακυρώνω βάζοντας μια άλλη ή να την ακυρώσω τελείως. Βέβαια το σημαντικό είναι ν' αλλάζω σιγα-σιγά κάποια δραστηριότητα. Το κλειδί είναι να κάνουμε ένα μικρό βηματάκι κάθε φορά και να σταματάμε να παρακολουθήσουμε τις αντιδράσεις του. Για παράδειγμα, αν το πρόγραμμα είναι πρώτα να πάμε στο σουπερ-μάρκετ και μετά στην παιδική χαρά, βάζω άλλη δραστηριότητα τονίζοντάς την θετικά π.χ. βόλτα στη γαϊγιά, ή την ακυρώνω εξηγώντας τον λόγο.

Αν δείξω ευαισθησία στο παιδί, θα καταλάβει πως ΔΕΝ απειλείται από την αλλαγή που θ' αλλάξει την ρουτίνα του, αλλά θα είναι απολαυστική. Γιατί το παιδί

θα πρέπει να μάθει να λειτουργεί σε μια ποικιλία καταστάσεων και με διαφορετικά άτομα!!

Σίγουρα στην αρχή υπάρχουν αντιδράσεις, ξεσπάσματα, θυμός και άγχος. Το άγχος είναι σαν ατμός μέσα σε ατμομηχάνη που αν δεν έχει τρόπο να διοχετευτεί προς τα έξω φέρνει τελικά την έκρηξη! Η έκρηξη γίνεται γιατί δεν μπορούμε να μετριάσουμε την ποσότητα ατμού (άγχος). Εκεί είναι σημαντικός ο ρόλος του γονιού να καταλάβει, να καθησυχάσει, να συζητήσει, να συνεργαστεί και να το βοηθήσει να εκφράσει τα συναισθηματά του, με υπομονή και αγάπη.

Όταν κατάλαβα ότι το παιδί άρχισε να συνηθίζει τις αλλαγές ως προς το πρόγραμμα τότε σταμάτησα να το χρησιμοποιώ καθημερινά. Όταν βελτιώθηκε ο λόγος και η επικοινωνία του παιδιού μου τότε άρχισα να χρησιμοποιώ το διάλογο, να μιλάω απλά και κατανοητά. Έτσι το γραπτό/οπτικό αυτό πρόγραμμα πήρε την μορφή επικοινωνίας συζήτησης. Συνεπώς συζητάμε μαζί τις δραστηριότητες που θέλει να κάνει, που του αρέσουν και παίρνει κάποιες αποφάσεις το παιδί μου και κάποιες εγώ. Έτσι το πρωί που ετοιμάζεται για το σχολείο του συζητάμε για το τί θα ήθελε να κάνει όταν γυρίσει απ' αυτό πχ. να παίξει λίγο με το κομπιούτερ ή λίγο τηλεόραση ή να διαβάσει κάποιο αγαπημένο βιβλίο, τονίζοντας του τη σταθερή δραστηριότητα πχ 17:00 μάθημα λογοθεραπείας. Όταν γυρίσει το παιδί απ' το σχολείο πραγματοποιώ την υπόσχεσή μου και τότε συζητώ για τις επόμενες δραστηριότητες και το τί ακολουθεί.

Βρήκα πραγματικά πολύτιμη την εφαρμογή του προγράμματος δομημένης εκπαίδευσης σε πράγματα που δυσκόλευαν το παιδί, που δεν ήθελε καθόλου να τα κάνει και αντιδρούσε έντονα πχ εφαρμόζω το πρόγραμμα όταν θέλω να διαβάσει το παιδί ένα βιβλίο ή να κάνει μια άσκηση και το παιδί δεν θέλει, τον δυσκολεύει και αντιδράει. Φτιάχνω ένα οπτικό πρόγραμμα με σκίτσα δίνοντας του την δυνατότητα να επιλέξει κάτι που του αρέσει μετά π.χ. ζωγραφίζω το βιβλίο, μετά το κομπιούτερ που θέλει κ.τ.λ. Συχνά του λέω: «ένα δικό μου και ένα δικό σου». Έτσι το παιδί μου κάνει την δύσκολη δραστηριότητα και περιμένει μετά την επόμενη και ανταποκρίνεται



θετικά. Εκεί είναι πραγματικά η αξία αυτού του προγράμματος. Επίσης το εφαρμόζω όταν κάτι τον αγχώνει υπερβολικά π.χ. επισκέπτες που έρχονται στο σπίτι. Εκεί ζωγραφίζω με σκίτσα τους επισκέπτες, συζητάμε και τον προετοιμάζω. Ακόμα το χρησιμοποιώ και όταν

πηγαίνουμε σε άλλα σπίτια. Κάποιες φορές προσπαθώ να του αξηγώ λεκτικά το πρόγραμμα για να δω πως θ' αντιδράσει. Συνήθως του δίνω μια ευχάριστη δραστηριότητα μετά από κάτι που τον αγχώνει.

Είναι τέλος σημαντικό να χτιστεί σχέση εμπιστοσύνης/σεβασμού του παιδιού και του γονιού. Ακούω το παιδί μου να λέει συχνά «η μαμά μου ξέρει» ή «η μαμά είναι φίλη μου!». Η Φιλία αυτή οδηγεί σε θετική σχέση/συνεργασία. Θέλω να είμαι φίλη του, να ξέρει πως μπορεί να εκφράσει σε μένα τα συναισθηματά του, το θυμό του, το άγχος για να δεχτεί πιο εύκολα μια αλλαγή. Το σημαντικότερο επίτευγμα είναι να μπορεί ένα παιδί να επιβιώσει στις αλλαγές. Και πιστεύω πως μπορεί αρκεί να πιστέψουμε σ' αυτό και στις δυνατότητές του!!!»

### ΤΡΟΠΟΙ ΠΟΥ ΒΟΗΘΑΝΕ ΝΑ ΕΠΙΤΕΥΧΘΕΙ ΚΑΛΥΤΕΡΑ Η ΑΛΛΑΓΗ

- ✱ Να δίνονται λογικά επιχειρήματα για το λόγο της αλλαγής προγράμματος. Τα παιδιά καταλαβαίνουν κάτι λογικό.
- ✱ Συζήτηση για το τί μπορεί να αγχώνει/φοβάται το παιδί
- ✱ Σχέση εμπιστοσύνης. Όταν το παιδί εμπιστεύεται τότε η αλλαγή γίνεται πιο ομαλή
- ✱ Κατανόηση. Τα παιδιά θέλουν να ξέρουν ότι κάποιος καταλαβαίνει το άγχος τους
- ✱ Αν αλλάζω κάτι που επιθυμεί, υπόσχομαι να το κάνει άλλη στιγμή και το εφαρμόζω πάντα πχ. Αν δεν δει τηλεόραση μια συγκεκριμένη ώρα υπόσχομαι μια άλλη ώρα
- ✱ Παροτρύνω να εκφράσει τη γνώμη του
- ✱ Τον αφήνω ν' αμφισβητεί, να θυμώσει. Δεν είναι κακό.

ΜΕΓΑΛΩΝΕΙ!!!!

## Διαγνωσμένος με Αυτισμό, ψάχνοντας για μια θέση στον κόσμο: Ένας φίλος, επιτέλους

Μετάφραση-Επιμέλεια Αλεξάνδρου Στράτος

Τον Ιανουάριο του 2010, ο Gower Nibley, ένας άλλος μαθητής με αυτισμό που είχαν ενταχθεί στο πρόγραμμα μετάβασης το προηγούμενο φθινόπωρο, έλαβε ένα κείμενο στο κινητό του από τον Justin.

«Η Φούσκα μου έχει ένα όνομα, είναι ο Η-Ο-Μ-Ε-Ρ (Ομηρος),» έγραφε το κείμενο με έναν χαρακτηριστήρα του "Simpsons" και μια εικονική μουσικού διαφημιστικού. Το τηλέφωνο του Gower σύντομα χτύπησε και πάλι: «Η φούσκα μου έχει ένα δεύτερο όνομα,» δήλωνε σε αυτό το κείμενο. «Είναι Η-Ο-Μ-Ε-Ρ (Ομηρος).»

Στο δρόμο για την πρακτική του άσκηση σε έναν οικο ευηγρίας, ο Gower, 20 ετών, άφησε ένα νευρικό γέλιο. Το χαμόγελο που απλώθηκε στο πρόσωπο του Justin, όταν είδε τον Gower ήταν εντυπωσιακό. Και η κ. Stanton-Paule, η οποία αγωνίζεται να πείσει τους γονείς του Justin ότι αυτή η εκκολαπτόμενη φιλία ήταν μια προτεραιότητα, έφτιαξε το χρονοδιάγραμμα για τους δύο για να φάνε μεσημεριανό μαζί. Δημιούργησε το «Σχέδιο μιας Δραστηριότητας» σε φύλλα εργασίας, έτσι ώστε δεν θα σπρώξει κατά λάθος ο ένας τον άλλον όταν επρόκειτο να πάρουν κάτι μαζί, όπως είχε συμβεί ήδη πάνω από μία φορά στο παρελθόν.

Αλλά με μόλις πέντε μήνες να έχουν μείνει στο πρόγραμμα, μια διένεξη είχε ανοίξει ανάμεσα στην δασκάλα και τους γονείς του Justin. Η Maria Teresa επέμεινε ότι ο Justin δαπανούσε πάρα πολύ χρόνο σε δραστηριότητες που δεν αφορούσαν την εύρεση εργασίας. «Kate», η Maria Teresa, μαμά του Justin, είχε πει απότομα σε ένα φωνητικό μήνυμα, «θα πρέπει να έχει αυτό προτεραιότητα!».

Το καλοκαίρι του 2010, οι Canhas είχαν γράψει τον Justin σε ένα κύκλο σεμιναρίων διακόσμησης κέικ. Αν δεν μπορούσε να βρει αμέσως απασχόληση σε κινούμενα σχέδια, μια δουλειά σε ένα αρτοποιείο, θα του επέτρεπε να χρησιμοποιήσει το καλλιτεχνικό ταλέντο του. Θα απολάμβανε τη διακόσμηση κέικ με χαρακτήρες κινουμένων σχεδίων, είπε ο Justin στη δασκάλα του, «γιατί αυτό κάνει τους ανθρώπους χαρούμενους».

Εκείνο το Σεπτέμβριο, η Maria Teresa είχε βομβαρδίσει την κ. Stanton-Paule με προτάσεις διάφορων ζαχαροπλαστίων όπου ο Justin θα μπορούσε να κάνει την πρακτική του. Το φωνητικό μήνυμα ακολούθησε όταν πέρασαν λίγες εβδομάδες και η πολυάσχολη δασκάλα δεν είχε ακόμη απαντήσει.

Αλλά μέχρι τον Οκτώβριο, η κα Stanton-Paule είχε βρει και κανόνισε να εκπαιδεύσει τον Justin να κάνει κουλουράκια στο Αρτοποιείο Gencarelli στην περιοχή Bloomfield. Και σε μια τεταμένη συνεδρία του Ιανουαρίου,

είπε στους Canhas ότι ο Justin, εκτός από μια δουλειά χρειαζόταν να περνάει περισσότερο χρόνο με τους συμφοιτητές του, και ότι έπρεπε ακόμα να πάρει μέρος σε ένα μάθημα που δίδασκε εκείνη για την κοινωνικότητα και τις σχέσεις αλλά και τη σεξουαλικότητα.

Η Maria Teresa όμως είχε αντιρρήσεις. Πώς θα μπορούσαν να είναι σίγουροι ότι το Gencarelli θα παρείχε στον γιο της μια πραγματική δουλειά; Ίσως θα έπρεπε να παρακολουθήσει μία τάξη animation στο Montclair State.

Ο Briant, ζαλισμένος από το ταξίδι που μόλις είχε κάνει, έκλεισε τα μάτια του. Η κ. Stanton-Paule προσπάθησε να την προσγειώσει. «Η Κοινωνική ικανότητα του Justin θα παίξει έναν τεράστιο ρόλο στο αν θα γίνει αποδεκτός στο χώρο εργασίας», είπε. Πέρα από αυτό, σκέφτηκε, χρειαζόταν απλά έναν φίλο.

Ο Gower, που του άρεσε το κλασικό Hanna-Barbera και τα κινούμενα σχέδια όπως το "Scooby-Doo," ρωτούσε, συχνά επαναλαμβανόμενες ερωτήσεις τον Justin για το animation με σοβαρότητα που κανείς άλλος ποτέ δεν το έκανε. («Δυστυχώς, το 2006, ο William Barbera έφυγε από τη ζωή», ενημέρωσε ο Justin τον φίλο του.)

«Ξέρεις, Brooks», σχολίασε ο Gower σε έναν βοηθό που είχε μαζί τους στο σούπερ μάρκετ, «Νομίζω ότι αν υπήρχε ποτέ ένας διαγωνισμός γνώσεων για κινούμενα σχέδια, ο Justin θα τον κέρδιζε».

«Ευχαριστώ», δήλωσε ο Justin, κοιτώντας λοξά τον Gower.

Αλλά Gower θεωρήθηκε υψηλότερης λειτουργικότητας από τον Justin. Στα ενδιαφέροντά του περιλαμβάνονταν οι καιρικές συνθήκες και η γεωγραφία, και είχε μια φίλη. Φοβούμενος ότι ο Gower είχε πιο ελαστική σκέψη από την μονοδιάστατη εστίαση του Justin, η κα Stanton-Paule είχε προτρέψει τον Justin να διευρύνει τα θέματα συζήτησης του. Αλλά αυτό θα ήθελε πολύ αργή μετάβαση.

Στη συνάντηση του Ιανουαρίου, η κ. Stanton-Paule τελικά στράφηκε στον Justin: «Θα ήθελες να συνεχίσεις να βρίσκεις χρόνο για να είσαι με τον Gower;» «Ναι!» Αναφώνησε εκείνος. Η Maria Teresa άρχισε να κλαίει. Φυσικά και ήθελε ο γιος της να έχει έναν φίλο. Ήταν σχεδόν αφόρητη όμως η ευθύνη για το μέλλον του Justin και ζήτησε συγγνώμη. Ήθελε τόσο πολύ γι' αυτόν να κάνει το όνειρό του πραγματικότητα.

«Kate», είπε, «τι θα κάνουμε χωρίς εσένα;». Ταυτόχρονα ο σύζυγός της ανασηκώθηκε και της έδωσε το χέρι του.....

## Αυτισμός: Διδάξτε την ανεξαρτησία

Παπασταύρου Αναστασία, Εργοθεραπεύτρια κέντρου ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Μετάφραση και επιμέλεια στα Ελληνικά

Ο τελικός σκοπός για τον οποίο οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί λειτουργούμε, είναι να γίνουν τα παιδιά με αυτισμό όσο το δυνατόν πιο ανεξάρτητα. Κοιτάζουμε μακριά μπροστά, και τους φανταζόμαστε και απεικονίζουμε ως ενηλίκους, που ζουν ανεξάρτητα, χωρίς την ανάγκη μας γύρω τους. Η καλύτερη επιλογή είναι να αρχίσει η θεραπευτική διαδικασία όσο το δυνατό νωρίτερα. Όλες οι έρευνες πια έχουν αναδείξει την πρώιμη παρέμβαση ως τον πιο αποφασιστικό τρόπο για τα καλύτερα αποτελέσματα. Εάν είστε

γονείς με κάποια αμφιβολία για το εάν το παιδί σας αντιμετωπίζει το φάσμα του αυτισμού, σας προτρέπουμε να μην διστάσετε. Θα πρέπει να το ελέγξετε με τους ειδικούς το συντομότερο δυνατό. Ξεκινήστε από τον Παιδίατρό σας, θέστε του τις ανησυχίες σας και από εκεί θα καθοδηγηθείτε για να προχωρήσετε στη σωστή κατεύθυνση. Η διάγνωση πια είναι δυνατή από την βρεφική ακόμα ηλικία (από τους δεκαοχτώ ή και νωρίτερα μήνες). Δεν έχει πραγματικά κανένα νόημα να περιμένετε.

Εμείς, οι ενήλικοι, στο σπίτι και στο σχολείο θα πρέπει να εργαστούμε στην εκμάθηση δεξιοτήτων διαβίωσης ή αλλιώς σε μία πιο ελεύθερη μετάφραση «δεξιότητες επιβίωσης».

**Ας δούμε κάποια παραδείγματα:**

- Διδάξτε τα χρήματα, το βάρος και την χωρητικότητα όσο το δυνατόν νωρίτερα. Στο σχολείο αρχίζουμε να διδάσκουμε αυτά τα θέματα στην τρίτη τάξη. Οι γονείς δεν πρέπει να περιμένουν. Κάντε το με διασκεδαστικό τρόπο, κάντε το παιχνίδι.

Χρησιμοποιήστε απτά αντικείμενα και παιχνίδια. Πάρτε το παιδί σας μαζί σας στο μανάβικο, και βάλτε το να σας βοηθήσει να επιλέξετε το τι να μαγειρεύετε και τα συστατικά. Είναι μια πολύ καλή ευκαιρία να εφαρμοστούν ότι του διδάξατε για τα χρήματα, το βάρος, την χωρητικότητα και όλα τα είδη των τροφίμων. Θα βοηθήσετε πιθανώς το παιδί σας να ανακαλύψει άλλα τρόφιμα που δεν θέλησε ποτέ να δοκιμάσει. Η έκθεση σε όλα τα παραπάνω είναι σημαντική. Διευρύνει το μυαλό και ανοίγει τις πόρτες σε νέες ευκαιρίες εκμάθησης.

• Δείξτε και εκπαιδέυστε στο παιδί σας πώς να φτιάχνει ένα εύκολο γεύμα, όπως ένα σάντουιτς. Σιγουρευτείτε όμως ότι δεν θα χρησιμοποιήσετε μαχαίρια ή οποιοδήποτε άλλο εργαλείο θα μπορούσε να είναι επιβλαβές για το παιδί. Έχετε όλα τα υλικά κομμένα από πριν και έτοιμα να μπουν στο σάντουιτς.

• Δείξτε στο παιδί σας πώς να δένει τα κορδόνια.

• Διδάξτε το παιδί σας να χρησιμοποιεί το χώρο της τουαλέτας κατάλληλα. Κατόπιν διδάξτε το παιδί να ξεπλένεται και να βάζει τα ρούχα του πριν φύγει από την τουαλέτα. Μετά μάθετέ του να πλένει και να στεγνώνει τα χέρια. Όλα αυτά τα βήματα φαίνονται να είναι προφανή για όλους. Για το παιδί όμως με αυτισμό παίρνει χρόνο μια προσπάθεια να περάσει από αυτά τα βήματα αυτόματα και ανεξάρτητα και σίγουρα χρειάζονται και εναλλακτικοί τρόποι εκπαίδευσης. Κατά γενική ομολογία, η εκπαίδευση στην ανεξαρτησία είναι εύκολη. Ζητήστε από το παιδί σας να κάνει οτιδήποτε θα έκανε κάποιο παιδί τυπικής ανάπτυξης της ίδιας ηλικίας. Ο Vygotsky, (γνωστός ψυχολόγος της κονστρουκτιβιστικής θεωρίας), συστήνει να αφήνουμε τα παιδιά να δοκιμάσουν την καλύτερή τους προσπάθεια πρώτα. Όταν «κολλήσουν» κάπου, οι ενήλικες μπορούν να παρέμβουν και να παρέχουν μια ελάχιστη βοήθεια και να περιμένουν έως ότου το παιδί «κολλήσει» πάλι και ούτω καθ' εξής. Παρέχετε σταδιακά αυξανόμενη βοήθεια, για δύο λόγους. Κατ' αρχάς, θέλουμε να αποφύγουμε την απογοήτευση του παιδιού. Εάν το παιδί ματαιωθεί μπορεί να εγκαταλείψει το στόχο συνολικά, ενώ εάν πάρει κάποια βοήθεια θα το ενθαρρύνει να πάει παρακάτω. Δεύτερον, είναι μια χρυσή ευκαιρία για το παιδί να ανακαλύψει και να εξερευνήσει τις ικανότητες και τους τομείς δυνάμεών του. Αυτό θα ωθήσει τον αυτοσεβασμό και την αυτοπεποίθησή του, που με τη σειρά τους θα το παρακινήσουν να συνεχίσει τις προσπάθειές του να κάνει νέα πράγματα. Δείξτε στο παιδί σας πώς να κάνει πράγματα, και έπειτα πείτε του ότι είναι τώρα η σειρά του για να τα κάνει. Εκπαιδέυστε το παιδί σας, και αποσύρετε έπειτα σταδιακά τη βοήθειά σας.

### Πώς να το κάνουμε αυτό;

• Στο σπίτι: φτιάξτε το σπύτι έτσι ώστε να είναι πιο εύκολο για το παιδί σας να οργανώνεται. Ο Εργοθεραπευτής του παιδιού σας θα μπορέσει να σας εκπαιδέψει κατάλληλα γι αυτό!

• Θέστε έναν κανόνα για κάθε πράγμα. Παρουσιάστε τους κανόνες με εικόνες και γραπτές λέξεις.

• Ορίστε συγκεκριμένες θέσεις για όλα τα αντικείμενα (παπούτσια, ρούχα, προσωπικά αντικείμενα {τσάντα σχολική, καλάθι με φαγητό, βιβλία, αθλητικός εξοπλισμός}), παιχνίδια όπου και πρέπει να τοποθετούνται.

• Το παιδί πρέπει να εκπαιδευθεί για να καθαρίζει μετά από το παιχνίδι, το φαγητό κ.τ.λ. το τραπέζι ή τον χώρο απασχόλησής του.

• Βοηθείστε το παιδί να προσπαθήσει να στρώσει το κρεβάτι του το πρωί.

• Στο μεσημεριανό ή το βραδινό γεύμα, μην παρεμβαίνετε άμεσα παρά μόνον εάν η βοήθεια απαιτείται για να κόψετε κάτι ή όταν σε κάτι χρειάζεται η δύναμη ή η επιδεξιότητα ή η επιτήρηση των ενηλίκων.

• Όταν το παιδί χρειάζεται κάτι, ζητήστε του με ήρεμο τρόπο να το πάρει μόνο του. Μην προσφέρετε τη βοήθειά σας εκτός αν κάτι είναι μη προσβάσιμο.

• Το παιδί πρέπει να προσπαθεί να αλλάξει ρούχα και να τοποθετεί τα βρώμικα στο καλάθι των απλύτων το ίδιο.

• Εκπαιδέυστε το παιδί σας για να φοράει και να βγάζει τα παπούτσια του.

• Όταν το παιδί επιστρέφει από το σχολείο, πρέπει να ξέρει τι να κάνει ανεξάρτητα. Εάν είναι δύσκολο για αυτό να θυμάται, γράψτε τι πρέπει να κάνει και κολλήστε το στην πόρτα. Αφήστε το παιδί να ελέγχει τη λίστα των πραγμάτων που έχει να κάνει, μόλις γυρίζει σπίτι. Η διεθνής πια βιβλιογραφία αναφέρει ότι πρέπει να χρησιμοποιούμε εικόνες (οπτικό σύστημα) όσο το δυνατόν περισσότερο, αφού τα παιδιά με αυτισμό ανταποκρίνονται πολύ καλύτερα σε οπτικά ερεθίσματα. Θα μπορούσαν να είναι πολύ απλές εντολές όπως:

### Στο σπίτι:

- ⇒ Βγάλε το καλάθι του φαγητού σου και βάλτο στον πάγκο της κουζίνας.
- ⇒ Βγάλε την εργασία σου και βάλε την στο γραφείο σου (ή στο τραπέζι της κουζίνας, ή οπουδήποτε εσείς κρίνετε)
- ⇒ Τακτοποίησε την τσάντα σου.
- ⇒ Βγάλε τα παπούτσια σου και βάλε τα στο ράφι παπουτσιών
- ⇒ Βγάλε το μπουφάν σου και κρέμασέ το.
- ⇒ Πλύνε τα χέρια σου και άλλαξε.

Αυτά είναι απλά παραδείγματα. Με τον ίδιο τρόπο προσπαθήστε να συστηματοποιήσετε όλα. Φαίνεται πολύ κουραστικό και περίπλοκο, αλλά μακροπρόθεσμα οι προσπάθειές σας θα σας ανταμείψουν. Το παιδί σας θα γίνει ανεξάρτητο και με αυτοπεποίθηση.

### Στο σχολείο:

Εφαρμόστε τον ίδιο κανόνα. Καταστήστε τις οδηγίες εύκολα κατανοητές χρησιμοποιώντας αυτοκόλλητα χαρτάκια, εικόνες ή ακόμα και αντικείμενα.

⇒ Τοποθετήστε τις λίστες των οδηγιών σε ορατές θέσεις, στην πόρτα, δίπλα από το νεροχύτη, στον πίνακα.

⇒ Βοηθώντας το παιδί να κάνει πράγματα ανεξάρτητα, στην πορεία θα συνηθίσει να τα κάνει αυθόρμητα.

⇒ Να είστε συνεπείς. Κολλήστε τους κανόνες σας.

⇒ Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί είναι καλό να ενθαρρύνονται για να μιλήσουν ο ένας στον άλλο, για να αποφύγουν οποιαδήποτε σύγχυση. Συμφωνήστε σχετικά με τους κανόνες του σπιτιού και του σχολείου. Το σπίτι πρέπει να είναι μια συνέχεια για το σχολείο και το αντίστροφο.

Πάντα να θυμάστε ότι τα παιδιά με τον αυτισμό μπορούν να μάθουν και να εκπαιδευτούν. Να είστε υπομονετικοί, και να κρατάτε πάντα χαμηλές τις προσδοκίες σας όσον αφορά την ταχύτητα εκμάθησής τους.

Εάν το παιδί εκπαιδευτεί σταδιακά για να κάνει τα πράγματα ανεξάρτητα η ζωή θα είναι ευκολότερη για όλους. Μην αναμένετε όλα να είναι τέλεια. Αφήστε το παιδί να κάνει το καλύτερο που μπορεί και θα συνεχίσει να βελτιώνεται με την πάροδο του χρόνου. Αυτό δεν αφορά την ποιότητα, αλλά την καθιέρωση των καλών συνηθειών.

Επιτρέψτε κάποια στιγμή στο παιδί να αποκωδικοποιήσει τους κανόνες και να τους εκτελέσει. Να έχετε υπομονή. Εάν παρεμβαίνετε προτού το παιδί κάνει τη δραστηριότητα, θα αποθαρρυνθεί από το να προσπαθήσει το στόχο την επόμενη φορά. Αποτελέστε πρότυπο, και ενεργήστε έτσι όπως θα θέλατε και το παιδί να κάνει. Αναγνωρίστε και ανταμείψτε κάθε επιτυχία του και επίτευγμα του, ανεξάρτητα από το πόσο απλό είναι.

Η επανάληψη είναι ο καλύτερος τρόπος να μάθει. Μην παραιτείστε. Κάνετε μια αλλαγή τη φορά. Τα μικρά βήματα θα σας οδηγήσουν εκεί όπου θέλετε να είστε.

Πηγή: <http://autism-tips.com/>





## Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ...

### ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

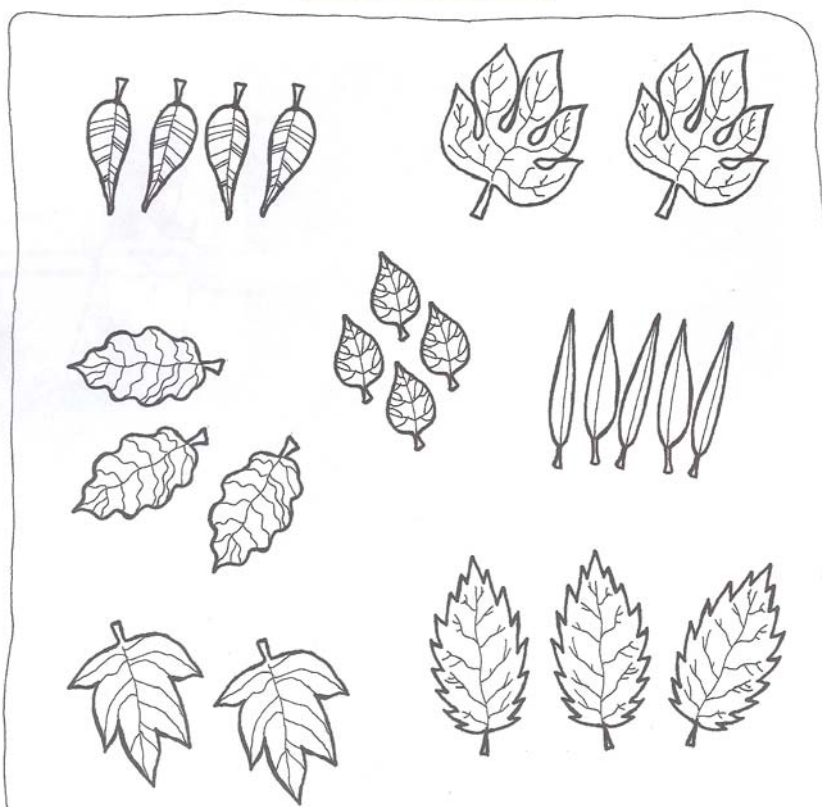
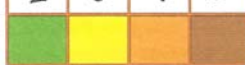
Τα φύλλα πέφτουν...

Βάλε σε κύκλο τα φύλλα που ταιριάζουν, μέτρησέ τα και χρωμάτισέ τα σύμφωνα με τις οδηγίες: 2→ πράσινα, 3→κίτρινα, 4→πορτοκαλί και 5→καφέ

Όσα φύλλα είναι:

2	3	4	5
---	---	---	---

τα χρωματίζω:



### ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ

#### 28η ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Πέρασαν οι καλές μας ημέρες 1/10, 2/10... και ήρθε η 28/10 η εθνική μας γιορτή. Στις 3:00 το πρωί της 28ης Οκτωβρίου ένα ιταλικό αυτοκίνητο ήρθε στο Προεδρικό μέγαρο του τότε πρωθυπουργού Ιωάννη Μεταξά (1869-1941) και το τελεσίγραφο έγραφε:

«Ο ενδοξότατος δικτάτωρ, Ντούτσε σας αφήνει να περάσουν τα Ιταλικά στρατεύματα από τη χώρα σας.» Ήθελαν να περάσουν στην Τουρκία και από κει στην Αφρική. Και πεντέ-

μισι ώρες μετά ξεκίνησε ο Ελληνοϊταλικός Πόλεμος. Ο πόλεμος δεν τελείωσε με τους Ιταλούς. Πήγαν και έπιασαν για σύμμαχους τους Γερμανούς και έτσι οι γερμανοί στις 8/4/1941 μπήκαν στην Αθήνα. Δύο δεκαεπτάχρονα παλικάρια ο σημερινός βουλευτής Μ. Γλέζος του Σύριζα και ο ηθοποιός Λάκης Σάντας κατέβασαν τη ναζιστική σημαία από την ακρόπολη.

Χρήστος, 11 ετών



# Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ...

## ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ (ΣΥΝΕΧΕΙΑ)

### Η ΓΙΟΡΤΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

Τη μαμά μου τη λένε Δήμητρα και γιορτάζει του Α. Δημητρίου την Παρασκευή 26 Οκτωβρίου. Θα πάρει γλυκά, μπορεί να έρθει κόσμος για να της πει Χρόνια Πολλά. Θα ήθελα να της πάρω ένα δώρο, κάτι σε τσάντα για τη γιορτή της. Εύχομαι Χρόνια πολλά στους Δημήτρηδες και στις Δήμητρες.

Στέλιος, 12,5 ετών

### Η ΑΥΤΟΒΙΟΓΡΑΦΙΑ ΤΗΣ ΣΤΑΜΑΤΙΝΑΣ-ΑΛΙΚΗΣ ΒΟΥΓΙΟΥΚΛΑΚΗ

Η Αλίκη Βουγιουκλάκη γεννήθηκε στις 20 Ιουλίου του 1993 στο Μαρούσι της Αττικής, λίγους μήνες από τη γέννησή της, αρρωσταίνει βαριά από βρογχοπνευμονία και ο πατέρας της λέει στη μητέρα της να την βαφτίσουν. Ο παππάς πήγε στο σπίτι και η μητέρα της Αλίκης του είπε να την βαφτίσουν με δύο ονόματα ΑΛΙΚΗ-ΣΤΑΜΑΤΙΝΑ. Η Αλίκη Βουγιουκλάκη είχε δύο αδέρφια τον Τάκη και τον Σωτήρη. Ο Σωτήρης γεννήθηκε το 1936 και ο Τάκης το 1939. Ο πατέρας της κατάγεται από τη Λαγεία της Μάνης και ήταν Νομάρχης το 1941-1943 στην Τρίπολη. Η Έμη-Αμαλία Κουμουνδούρου κατάγεται από το Μελίσι της Κορινθίας από το σόι του Αλέξανδρου Κουμουνδούρου που ήταν πρωθυπουργός κατά την περίοδο της βασιλείας του Γεωργίου-Α'. Η γιαγιά της, η κυρία Σταματία, ήταν πανέξυπνη γυναίκα που τραγουδούσε ωραία και απάγγελε ποιήματα στο χωριό.

Σία, σία σανίτσα  
Φέρτε λάδια και κρασιά  
Απ' τη Νέα Καλαμάτα  
Που 'ταν μια γρια Σταμάτα

Ο παππούς της ήταν ο ωραιότερος μαρμαροπώλης και ήταν διευθυντής της Αγγλικής Εταιρείας

Μαρμάρων και έφτιαχνε μαρμαροαγάλματα. Η Αλίκη Βουγιουκλάκη έπαιζε με τ'αδέρφια της διάφορα θεατρικά. Τα παιδικά της χρόνια, η Αλίκη Βουγιουκλάκη, δεν τα έζησε με τον πατέρα της. Ο Ιωάννης Βουγιουκλάκης ήταν μαζί με τα παιδιά στο τρένο για να μείνουν 2 μέρες σε ένα χωριό. Παραιτήθηκε σαν Νομάρχης της Τρίπολης και του λέει η Αλίκη: «Γιατί τα παράτησες;» χαμογελώντας. Κατέβηκαν από το τρένο και πήγανε στο αρχοντικό σπίτι και εκεί ήταν πολύ σκοτεινά, δεν είχε ψυχή, μόνο γαύγιζαν σκυλιά. Και του χτυπάνε τη πόρτα του Ιωάννη Βουγιουκλάκη και του λένε: 'τα τρόφιμα ήρθανε' μίλησε ο μικρός κλέφτης. Η Αλίκη του λέει 'μην πάς', δεν την άκουσε και πήγε και από τότε δεν ξαναγύρισε αφήνοντας περιουσία. Μόλις η Αλίκη τελείωσε από το Γυμνάσιο, το 1952 πηγαίνει για 4 χρόνια στη Δραματική Σχολή. Εκεί υπήρχαν τέσσερεις τάξεις με 15 μαθητές. Γνώρισε την Ευγενία Καρπούζη ή την Τζένη Καρέζη και τον Δημήτρη Παπαμιχαήλ.

(Ακολουθεί συνέχεια στο επόμενο τεύχος..)

Ψευδώνυμο Φίνος Σακελάρης, 15 ετών

### ΜΙΚΡΕΣ ΑΓΓΕΛΙΕΣ..

#### «ΖΗΤΑΜΕ ΠΑΙΔΙΑ ΓΙΑ ΟΜΑΔΑ»

Είμαστε τρία παιδιά, η Μαρία, η Μαρία και ο Γιάννης. Πηγαίνουμε Α' Γυμνασίου κ' ΣΤ' Δημοτικού. Κάθε Σάββατο στις 11:00 συναντιόμαστε στη Φωτομάρα στον 2ο όροφο και μιλάμε, παίζουμε, ζωγραφίζουμε, παίζουμε θέατρο. Ζητάμε να έρθουν και άλλα παιδιά για να γίνουμε πιο μεγάλη ομάδα. Ελάτε και θα περνάμε ευχάριστα θα διασκεδάσουμε, θα παίζουμε και θα συζητάμε τα νέα μας!!! Πληροφορίες στη γραμματεία

### Προσεγγιση

#### ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Αλεξάνδρου Στράτος  
Βουρλιόγκα Βασιλική  
Κοκμοτός Παναγιώτης  
Μαρτίνης Γιάννης  
Σαμοίλης Γιώργος  
Επιμέλεια: Μάντη Ειρήνη



#### ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

Αλεξάνδρου Στράτος  
Μαρτίνης Γιάννης  
Μπερδεκλή Ελευθερία  
Σπηλιωτοπούλου Κατερίνα  
Παπασαύρου Αναστασία  
Χρήστος, 11 ετών

Στέλιος, 12,5 ετών  
«Φίνος-Σακελάρης», 15 ετών  
Μαρία, Μαρία, Γιάννης, Ομάδα  
Σαββάτου