

Περί Αυτισμού

**Κέντρο
Υποστήριξης
Γονέων**

**Νέο Πρόγραμμα εκπαίδευσης
Διακοπές και Θεραπευτικό παιχνίδι**

**Εθελοντισμός
Εμπειρίες γονέων
Απαντάμε σε απορίες
Και άλλα πολλά...**

Τεύχος 61

ΠΕΡΙ ΑΥΤΙΣΜΟΥ

Τεύχος: 61

Οκτώβριος 2015

Ιδιοκτήτης:

Στέιμαν - Κокκαλίδου Μαρέικε

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο:

ypostirixigoneon@gmail.com

Εκδότης:

Στέιμαν - Κокκαλίδου Μαρέικε

Ιστοσελίδα: www.kyg.gr

Επωνυμία: «Περί Αυτισμού»

Έδρα: Ελλησπόντου 22, Καλαμαριά

Ετήσια συνδρομή: 25 ευρώ - **στο λογαριασμό 483-002121-042164 Alpha Bank (STEEMAN MARIA EUGENI KORN)**

Διεύθυνση αλληλογραφίας:

Ελλησπόντου 22, Καλαμαριά, Τ.Κ. 55132

Τηλέφωνα επικοινωνίας:

2310- 450941 & 6940402054

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ο αυτισμός και το θεραπευτικό παιχνίδι	2
Μπορούμε να βρούμε δικούς μας εθελοντές	3
Ο Δάσκαλος, ο μαθητευόμενος και το αλάτι	6
Η ιστορία της Βασιλικής	7
Οκτώ πράγματα που πρέπει να θυμάστε	8
Ξεκινώντας το θεραπευτικό παιχνίδι	12
Πως ανταποκρίθηκε ο Σταύρος	13
Σκέψεις για τον αυτισμό	15
Έχετε απορίες;	17
Παίζοντας με το παιδί	18
Το κούρεμα	19
Συνταγή	20
Παραμύθι σε συνέχειες	21
Προγράμματα του Κέντρου Υποστήριξης Γονέων	24
Οι ευαίσθητοι άνθρωποι	27

Ο ΑΥΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Από την εκπαιδευόμενη Μαρία Ξανθού

Ο αυτισμός είναι κατεξοχήν διαταραχή της επικοινωνίας και κατ' επέκταση της κοινωνικότητας και της μειωμένης κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Τα παιδιά με αυτισμό βρίσκουν δύσκολο να επικοινωνήσουν με άλλους, επιθυμούν πάρα πολύ να το κάνουν αλλά δεν γνωρίζουν τον τρόπο. Το παιχνίδι είναι το φυσικό μέσο έκφρασης ενός παιδιού, καθώς επίσης είναι μέσον έκφρασης συναισθημάτων, σκέψεων, επιθυμιών.

Ειδικότερα το θεραπευτικό παιχνίδι είναι μια μορφή θεραπείας που βοηθά τα παιδιά να βγούν από την απομόνωση που νιώθουν, να αναπτύξουν σχέσεις και δεξιότητες και να δημιουργηθεί πραγματική αλληλεπίδραση. Μέσα από αυτό τα αυτιστικά παιδιά θα βοηθηθούν να αναπτύξουν λόγο (σε κάποιες περιπτώσεις), να εκφράσουν συναισθήματα, να τροποποιήσουν συμπεριφορές, να αναπτύξουν δεξιότητες, να βελτιώσουν τις σχέσεις τους με την οικογένεια τους, να γίνουν πιο ικανά να σχετίζονται με τους άλλους. Κάτι επίσης πολύ σημαντικό είναι ότι το θεραπευτικό παιχνίδι βοηθά και τους ίδιους τους γονείς να καταλάβουν καλύτερα το παιδί τους, πως σκέφτεται, τι νιώθει, τι θέλει, έτσι ώστε η σχέση τους να γίνει πιο δυνατή, ουσιαστική και δημιουργική

Παίζοντας με ένα αυτιστικό παιδί, όπως είχα τη χαρά να παίξω εγώ με τον Άγγελο, τον Γιώργο και τον Ορέστη, προσπαθείς να αναπτύξεις μια σχέση μαζί του, μια επικοινωνία. Αυτό που πρέπει να έχουμε πάντα στο νου μας είναι μια λέξη: ΑΠΟΔΟΧΗ. Η αποδοχή είναι το κλειδί. Αποδεχόμαστε το παιδί και είμαστε εμείς που προσπαθούμε να το προσεγγίσουμε, να "μπούμε" στον κόσμο του ώστε να καταφέρουμε να επικοινωνήσουμε.

Κάποιες φορές το παιδί ανταποκρίνεται. Κάποιες όχι. Ορισμένες φορές παίζουμε τόσο καλά και χαιρόμαστε γι' αυτό, και άλλες πάλι ξαφνικά το παιδί κλείνεται στον εαυτό του. Και η αλήθεια είναι ότι αυτό, αυτή η απόρριψη που νιώθεις ότι εισπράττεις από το παιδί, σε στεναχωρεί. Σε κάνει να νιώθεις άβολα, άσχημα, ότι έκανες κάτι λάθος, ότι φταις εσύ. Είναι δύσκολο, πολύ δύσκολο αλλά ακόμα και αυτό, θα πρέπει να το αποδεχτούμε. Να καταλάβουμε ότι εκείνη τη δεδομένη στιγμή, η ανάγκη του παιδιού είναι να παίξει μόνο του. Στην πραγματικότητα, δεν σε απορρίπτει, αλλά αυτό είναι η δική του πραγματικότητα. Και παρόλο που εσύ νιώθεις ότι δεν προσφέρεις τίποτα εκείνη τη στιγμή και διάφορες σκέψεις, όχι τόσο ευχάριστες περνούν

από το μυαλό σου (π.χ. τι κάνω λάθος;) και ενώ θέλεις τόσο πολύ να βοηθήσεις το παιδί σε έχει κλείσει απ' έξω, γιατί πολύ απλά, εκείνη τη στιγμή θέλει να μείνει μόνο του.

Οφείλεις να αποδεχθείς την απόφαση του παιδιού περιμένοντας την κατάλληλη στιγμή που θα σου επιτρέψει να ξαναμπείς στο παιχνίδι. Και τότε ξαναρχίζουμε την προσπάθεια επικοινωνίας. Βέβαια θα έρθουν πάλι στιγμές που το παιδί θα απομονωθεί και πάλι εσύ θα περιμένεις.... Όμως τελικά ακόμα και τότε προσφέρεις στο παιδί. Του δείχνεις ότι σέβεσαι την επιθυμία του, ότι καταλαβαίνεις την ανάγκη του και του δίνεις το χρόνο που χρειάζεται. Το παιδί καταλαβαίνει, σε πολλές περιπτώσεις ανταποκρίνεται, έτσι ώστε μέσα από αυτήν την άνευ όρων αποδοχή αρχίζει να χτίζεται κάτι και βήμα - βήμα αναπτύσσεται μια σχέση.

ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΒΡΟΥΜΕ ΔΙΚΟΥΣ ΜΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ

*Κάθε οικογένεια να
βρει δικούς της
εθελοντές.*

Το πιο ιδανικό θα ήταν κάθε οικογένεια να βρει τους δικούς της εθελοντές. Πιστεύω ότι θα ήταν πιο αποτελεσματικό, παρά να τους βρω εγώ. Εδώ έρχονται άτομα που συνήθως σπουδάζουν ψυχολογία ή ειδική αγωγή. Αγαπάνε αυτό που κάνουν εδώ, αλλά τις πιο πολλές φορές σταματάνε το καλοκαίρι. Έρχονται για την εμπειρία, για να μάθουν κάτι καινούριο. Μετά όμως συχνά η ζωή τους αλλάζει - δεν έχουν πια χρόνο ή φεύγουν για μεταπτυχιακό.

*Οι γονείς πιστεύουν
πως δεν θα βρουν
βοήθεια.*

Οι γονείς οι ίδιοι όμως θα έλκουν άτομα που θέλουν να στηρίζουν αυτούς. Μπορεί να είναι συγγενείς, φίλοι ή απλά γνωστοί. Θα είναι άτομα που πιθανόν θα μείνουν για μερικά χρόνια. Για ποιο λόγο οι γονείς δεν το καταφέρνουν αυτό; Δεν είναι μόνο επειδή δεν νιώθουν αρκετή αυτοπεποίθηση να εξηγήσουν τι είναι το θεραπευτικό παιχνίδι Κάλεσμα ή τι είναι ο αυτισμός. Είναι περισσότερο ότι

πιστεύουν πως δεν θα βρουν. Σ' αυτόν τον τομέα ευχαρίστως να βοηθήσω.

Τριάντα χρόνια στην Ελλάδα και ακόμα ακούω, ότι 'αυτό δεν γίνεται εδώ'. Όποιος έχει αυτή την πεποίθηση, πράγματι δεν πρόκειται να βρει αυτό που χρειάζεται. Κλείνει κάθε πόρτα για τη δυνατότητα βοήθειας. Μας έρχεται στο δρόμο ό,τι πιστεύουμε.

Δεύτερον, αυτό που όντως συμβαίνει στην Ελλάδα και που περιορίζει τους ανθρώπους πολύ είναι ότι οι γονείς δεν έχουν μάθει να ζητάνε βοήθεια. Είμαι σίγουρη ότι αν θα γίνει μια ζεστή και ξεκάθαρη συζήτηση με τα άτομα που θα ήθελαν οι γονείς να συμμετέχουν σ' ένα πρόγραμμα γύρω από το παιδί, ελάχιστα άτομα θα το αρνηθούν. Όταν δηλώνουμε την ανάγκη μας, η βοήθεια πάντα έρχεται. Όσο κρατάμε τις πόρτες μας κλειστές, κανένας εθελοντής δεν μπορεί να μπει.

Πολλές φορές έχω συναντήσει άτομα που κάποιοι γονείς μου πρότειναν για συμμετοχή στο παιχνίδι με το παιδί. Αλλά τελικά δεν προχώρησε τίποτα. Είμαι σίγουρη, ότι οι ίδιοι οι γονείς δεν το ανέφεραν ξανά στο άτομα αυτό, με την ιδέα ότι τελικά δεν ήθελε. Πρέπει να είμαστε ανοιχτοί, ώστε και οι άλλοι να μπορούν να είναι ανοιχτοί. Είναι σίγουρο ότι κατά πάσα πιθανότητα το άτομα αυτό αγχωνόταν και φοβόταν ότι δεν θα το καταφέρει. Φαντάζομαι πως με λίγη υποστήριξη και ενθουσιασμό από μέρος των γονιών θα μπορούσαν να δρομολογήσουν ένα προγραμματάκι παιχνιδιού! Δεν είναι εύκολο για τρίτους να μάθουν να παίζουν!

Άλλες φορές κάποιος γονιός δεν ζητάει εθελοντή, επειδή ο ίδιος ο γονιός ακόμα δεν ξεκίνησε να παίζει με το παιδί θεραπευτικά. Το καταλαβαίνω αυτό, αλλά είναι μια δικαιολογία αναβολής. Αλλιώς είναι για το γονιό, αλλιώς για τον εθελοντή. Μπορεί ο γονιός να δυσκολεύεται, επειδή παίζοντας με το παιδί του, αντιλαμβάνεται πιο έντονα το πρόβλημά του και τον

*“Αυτό δεν γίνεται
εδώ”.*

*Όταν δηλώνουμε
την ανάγκη μας η
βοήθεια πάντα
έρχεται.*

*Πρέπει να είμαστε
ανοιχτοί, ώστε και οι
άλλοι να μπορούν
να ανοιχτούν.*

*Το παιδί δεν μπορεί
να περιμένει τότε οι
γονείς θα
ξεπεράσουν τα
συναισθηματικά
τους προβλήματα.*

πονάει. Τότε δεν μπορεί να είναι όσο αποτελεσματικός θα ήθελε να είναι. Είναι πολύ καλύτερα τότε να ξεκινήσουν με εθελοντές και ο γονιός να ακολουθήσει αργότερα. Χρειάζεται να αποδεχόμαστε το παιδί αλλά και τον εαυτό μας! Το παιδί δεν μπορεί να περιμένει μέχρι ο γονιός να ξεπεράσει τα συναισθηματικά του προβλήματα πρώτα!

Υπάρχουν πολλοί λόγοι που οι γονείς δεν ψάχνουν εθελοντές. Θέλω να σας δώσω έμπνευση να το δοκιμάσετε και όχι μόνο για να παίξουν μια ώρα με το παιδί σας. Πέστε ξεκάθαρα τις ανάγκες σας και ζητήστε αυτό που πραγματικά χρειάζεστε. Και οπωσδήποτε μην απογοητευτείτε με ένα όχι. Ένα ξεκάθαρο όχι είναι προτιμότερο από ένα ψεύτικο ναι!

Αν δεν υπάρχουν άτομα κοντά σας που μπορεί να είναι υποψήφιοι, θα μπορέσετε να χρησιμοποιήσετε αφίσες. Παρακάτω θα βρείτε αυτές που χρησιμοποιώ εγώ μερικές φορές. Μπορεί να σας βοηθήσουν. Αλλάξτε τα λόγια ανάλογα με την ανάγκη σας. Κολλήστε αφίσες όπου νομίζετε, σε μέρη που πηγαίνουν οι άνθρωποι που θα θέλατε να προσεγγίσετε.

Σας εύχομαι καλή επιτυχία! Για βοήθεια, επικοινωνήστε μαζί μου.

Μ. Κοκκαλίδου

Πείτε ξεκάθαρα τις ανάγκες σας και μην απογοητευτείτε με ένα όχι.

Αν δεν μπορείτε να βρείτε εθελοντές, χρησιμοποιείτε αφίσες.

Ο ΔΑΣΚΑΛΟΣ, Ο ΜΑΘΗΤΕΥΟΜΕΝΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΑΛΑΤΙ...

Ένας γηραιός δάσκαλος κουράστηκε από τα παράπονα του μαθητευόμενου του. Ένα πρωινό τον έστειλε να φέρει λίγο αλάτι. Όταν ο μαθητευόμενος επέστρεψε ο δάσκαλος του ζήτησε να διαλύσει μια χούφτα αλάτι σε ένα ποτήρι νερό και μετά να το πει...

“Τι γεύση έχει;” ρώτησε ο δάσκαλος.

“Πικρή,” απάντησε ο μαθητευόμενος.

Ο δάσκαλος γέλασε και τότε ζήτησε από το νεαρό να πάρει την ίδια ποσότητα αλατιού και να τη ρίξει στη λίμνη. Οι δύο άνδρες περπάτησαν σιωπηλά μέχρι την κοντινή λίμνη και όταν ο μαθητευόμενος στροβίλισε τη γεμάτη με αλάτι χούφτα του μέσα στο νερό, ο ηλικιωμένος άνδρας είπε: “Τώρα πιας από τη λίμνη.”

Καθώς το νερό κυλούσε από το πηγούνι του νεαρού, ο δάσκαλος ρώτησε: “Τι γεύση έχει;”

“Δροσερή”, παρατήρησε ο μαθητευόμενος.

“Αισθάνεσαι το αλάτι;”, ρώτησε ο δάσκαλος.

“Όχι”, απάντησε ο νεαρός άνδρας. Και τότε ο δάσκαλος κάθισε δίπλα στο σοβαρό νεαρό και του εξήγησε απαλά:

“Ο πόνος της ζωής είναι καθαρό αλάτι, ούτε περισσότερο, ούτε λιγότερο. Η ποσότητα του πόνου στη ζωή παραμένει ακριβώς η ίδια. Παρ' όλα αυτά, η ποσότητα της πίκρας που γευόμαστε εξαρτάται από το δοχείο στο οποίο τοποθετούμε τον πόνο. Έτσι όταν υποφέρεις, το μόνο πράγμα που μπορείς να κάνεις είναι να μεγεθύνεις την αίσθηση που έχεις για τα πράγματα. Σταμάτα να είσαι ένα ποτήρι. Γίνε μια λίμνη!”



Σας λείπει η αισιοδοξία; Τότε διαβάστε την

ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΒΑΣΙΛΙΚΗΣ

Η Βασιλική ήταν 2,5 χρονών όταν διαγνώστηκε με αυτισμό από αναπτυξιολόγο. Στην ερώτηση μου τι ακριβώς είναι ο αυτισμός μου απάντησαν (ΤΙ ΝΑ ΣΑΣ ΠΩ ΙΣΩΣ ΔΕΝ ΚΑΤΑΦΕΡΕΙ ΠΟΤΕ ΝΑ ΜΙΛΗΣΕΙ ΙΣΩΣ ΝΑ ΜΗΝ ΠΑΕΙ ΠΟΤΕ ΣΕ ΚΑΝΟΝΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ). Έφυγα κλαίγοντας από το ιατρείο γύρισα σπίτι και άρχισα να ψάχνω πληροφορίες στο διαδίκτυο.

Η Βασιλική δεν είχε βλεμματική επαφή, δεν έκανε φανταστικό παιχνίδι, δεν γυρνούσε ποτέ στο όνομα της, ούτε έδειχνε ενδιαφέρον στο να κοιτάει αν κάποιος έβγαινε ή έμπαινε στο χώρο που εκείνη βρισκόταν, δεν έδειχνε ποτέ με το δάχτυλο.

Προσπάθησα να συγκεντρώσω πληροφορίες, σκέψεις και συναισθήματα. Ο στόχος μου πια ως μάνα ήταν να προσπαθήσω να βοηθήσω το παιδί μου να γίνει ανεξάρτητος άνθρωπος.

Το πρώτο βήμα ήταν η αποδοχή ΝΑΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΟΥ ΕΧΕΙ ΑΥΤΙΣΜΟ - ΝΑΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ. Όπως όλα τα παιδιά του κόσμου είναι. Αν καταφέρουμε να αποδεχτούμε τη διάγνωση τότε έχουμε κάνει το πιο σημαντικό βήμα για το παιδί μας.

Σήμερα η Βασιλική είναι 8 χρονών, έχει πλούσια φαντασία, είναι απίστευτα κοινωνική, έχει φίλους που την αγαπάνε και τους αγαπά, ο λόγος της είναι υπέροχος όπως και εκείνη είναι. Πηγαίνει 1 δημοτικού σε κανονικό σχολείο με παράλληλη στήριξη.

Η συμβουλή μου ως μάνα ενός χαρισματικού παιδιού όπως η Βασιλική είναι να βάλετε τη λέξη αυτισμό στο πίσω μέρος του μυαλού σας και στοχεύστε στο πώς να βοηθήσετε σωστά το παιδί σας να ξεκλειδώσει όλα αυτά που το δυσκολεύουν.

Πιστέψετε στο παιδί σας, δείξτε του πολλή πολλή πολλή αγάπη και βάλτε του όρια μην ξεχνάτε πως είναι παιδιά και τα όρια τα βοηθάνε να νιώθουν σιγουριά. Παίξτε πολύ μαζί τους και για ότι μικρό καταφέρουν να κάνουν εσείς εκδηλώστε απίστευτη χαρά με θορύβους, γέλια, κάθε φορά σαν να είναι ένα μικρό πάρτι. Στη Βασιλική για παράδειγμα άρεσαν πολύ τα smarties, εγώ έπαιρνα ένα στα χεριά μου και το έφερνα σιγά σιγά μπροστά στα μάτια μου, καθώς η Βασιλική το κοιτούσε το βλέμμα της έφτανε και αυτό στα δικά μου μάτια και τότε της έλεγα (κοίτα με), μετά της φώναζα μπράβο με χαρά γέλαγα και την δωροδοκούσα με ένα smarties. Αργότερα τα καταφέραμε μόνο με την εντολή (κοίτα με) και τώρα πια απλά όταν σου μιλάει σε κοιτάει.

Επίσης κάτι τελευταίο είναι ότι πάντα της λέγαμε τραγουδιστά (ΕΙΣΑΙ ΦΟΒΕΡΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΠΛΗΚΤΙΚΗ ΚΑΙ ΤΕΛΕΙΑ). Γιατί όλα τα παιδιά του κόσμου είναι!!!!

8 πράγματα που πρέπει να θυμάστε όταν όλα σας πηγαίνουν στραβά

Ο Μάρκ και ο Έιντζελ είναι δύο παθιασμένοι συγγραφείς και δημιουργοί του Best Seller «1000 μικρά πράγματα που οι ευτυχισμένοι επιτυχημένοι άνθρωποι κάνουν διαφορετικά».

Η λίστα που ακολουθεί αποτελείται από τα 8 πράγματα που πρέπει να θυμάστε όταν όλα πάνε σας στραβά.

«Κάθομαι στο κρεβάτι του νοσοκομείου περιμένοντας να μου αφαιρέσουν και τα δυο μου στήθη. Αλλά κατά ένα περίεργο τρόπο νιώθω τυχερή. Μέχρι σήμερα δεν είχα ποτέ κανένα πρόβλημα υγείας. Είμαι μια 69χρονη γυναίκα που νοσηλεύεται στο τελευταίο δωμάτιο του διαδρόμου, λίγο πριν αρχίσει το παιδιατρικό τμήμα του νοσοκομείου. Κατά τη διάρκεια των τελευταίων ωρών έχω παρακολουθήσει δεκάδες ασθενείς με καρκίνο να περνούν από μπροστά μου πάνω σε αναπηρικά καροτσάκια και κρεβάτια με ρόδες. Κανένας από αυτούς τους ασθενείς δεν ήταν πάνω από 17 ετών.»

Αυτή είναι μια καταχώρηση από το ημερολόγιο της γιαγιάς μου, με ημερομηνία 16.9.1977. Το σκάναρα και το κάρφωσα στο πίνακα ανακοινώσεων μου, πριν από περίπου μια δεκαετία. Ακόμη και σήμερα παραμένει εκεί για να μου θυμίζει ότι πάντα, πάντα, μα πάντα υπάρχει κάτι για το οποίο θα πρέπει να νιώθω ευγνωμοσύνη!

Παραμένει επίσης εκεί για να μου υπενθυμίζει ότι, δεν έχει σημασία πόση τύχη ή ατυχία νομίζω ότι έχω. Πρέπει κάθε μέρα να ξυπνάω νιώθοντας ευγνωμοσύνη για τη ζωή μου, επειδή κάποιος, κάπου αλλού, απεγνωσμένα παλεύει για τη δική του.

Για να πούμε την αλήθεια, η ευτυχία δεν είναι η απουσία προβλημάτων, αλλά η ικανότητα για την αντιμετώπισή τους. Φανταστείτε όλα τα θαυμάσια πράγματα που το μυαλό σας μπορεί να αγκαλιάσει αν δεν ήταν κρυμμένα καλά πίσω από τα προβλήματά σας. Πάντα να βλέπετε τι έχετε, αντί για αυτά που έχετε χάσει.

Επειδή δεν μετράει αυτό που ο κόσμος σας πήρε μακριά αλλά αυτό που σας έχει απομείνει.

Εδώ είναι μερικές υπενθυμίσεις που θα σας βοηθήσουν να πάρετε τη ζωή σας, στα χέρια σας κάθε φορά που νιώθετε ότι όλα γύρω σας καταρρέουν:

1. Ο πόνος είναι μέρος της ανάπτυξης.

Μερικές φορές η ζωή κλείνει τις πόρτες, γιατί είναι η ώρα να προχωρήσουμε προς τα εμπρός. Αυτό είναι ένα πολύ καλό πράγμα. Πολλές φορές δεν κάνουμε βήματα μπροστά αν δεν μας αναγκάσουν οι περιστάσεις. Όταν οι καιροί είναι δύσκολοι, υπενθυμίστε στον εαυτό σας ότι κανένας πόνος δεν έρχεται χωρίς σκοπό. Προσπεράστε τη δυσκολία, αλλά μην ξεχνάτε ποτέ τι σας δίδαξε. Το ότι η ζωή χρειάζεται αγώνα δεν σημαίνει ότι δεν θα τα καταφέρετε. Κάθε μεγάλη επιτυχία απαιτεί δύσκολη προσπάθεια. Το καλό πράγμα αργεί. Να έχετε υπομονή και να παραμείνετε αισιόδοξοι. Όλα θα γίνουν. Ίσως όχι αμέσως, κάποια στιγμή όμως σίγουρα.

Να θυμάστε ότι υπάρχουν δύο είδη πόνου: Ο πόνος που πονάει και ο πόνος που σας αλλάζει. Όταν αφήσετε τη ζωή να σας κυλίσσει αντί να της αντισταθείτε, τότε και τα δύο είδη πόνου θα σας βοηθήσουν να ωριμάσετε.

2. Τα πάντα στη ζωή είναι προσωρινά.

Κάθε φορά που βρέχει, κάποτε σταματά και βγάζει ήλιο. Κάθε φορά που θα πληγωθείτε, θα έρθει η στιγμή που θα νιώσετε καλύτερα. Μετά το σκοτάδι υπάρχει πάντα το φως. Αυτό το βλέπουμε κάθε πρωί, αλλά εξακολουθούμε να το ξεχνάμε,

επιλέγοντας τη σκέψη ότι το σκοτάδι θα διαρκέσει για πάντα. Δεν διαρκεί. Τίποτα δεν διαρκεί για πάντα.

Έτσι, αν τα πράγματα σας πάνε καλά τώρα, απολαύστε το. Δεν θα διαρκέσει για πάντα. Αν τα πράγματα σας πάνε άσχημα, μην ανησυχείτε γιατί ούτε αυτό πρόκειται να διαρκέσει για πάντα. Επειδή η ζωή σας δεν είναι εύκολη αυτή τη στιγμή, δεν σημαίνει ότι δεν μπορείτε να χαμογελάσετε. Επειδή υπάρχει κάτι που σας προβληματίζει δεν σημαίνει ότι δεν μπορείτε να χαμογελάσετε. Κάθε στιγμή που έρχεται, σας δίνει μια νέα αρχή και ένα νέο τέλος. Μπορείτε να βρείτε μια δεύτερη ευκαιρία, το αμέσως επόμενο δευτερόλεπτο. Απλά πρέπει να την αρπάξετε και να κάνετε το καλύτερο που μπορείτε.

3. Με το να ανησυχείτε και να διαμαρτύρεστε για τα πάντα δεν αλλάζει κάτι.

Αυτοί που διαμαρτύρονται περισσότερο, πετυχαίνουν τα λιγότερα στη ζωή. Είναι καλύτερο να προσπαθούμε να πετύχουμε κάτι μεγάλο και να αποτύχουμε, παρά να μην προσπαθήσουμε καθόλου και να πετύχουμε. Τίποτα δεν τελείωσε αν αποτύχατε σε μια προσπάθεια σας. Αντίθετα όλα τελειώνουν αν δεν προσπαθήσετε καθόλου και το μόνο που κάνετε είναι να διαμαρτύρεστε ότι όλα σας πάνε στραβά.

Αν πιστεύουμε σε κάτι, συνεχίζουμε να το προσπαθούμε. Μην αφήνετε τις σκιές του παρελθόντος να σας κρύψουν το κατώφλι των μελλοντικών σας στόχων. Μην περνάτε τις μέρες σας γκρινιάζοντας για το χτες. Αναλάβετε δράση αντ' αυτού. Αφήστε ό, τι έχετε μάθει να βελτιώσει το τρόπο που ζείτε. Κάντε μια αλλαγή και ποτέ μην κοιτάξετε πίσω.

Και ανεξάρτητα από το τι θα συμβεί μακροπρόθεσμα, να θυμάστε ότι η αληθινή ευτυχία αρχίζει μόνο όταν σταματήσετε να διαμαρτύρεστε για τα προβλήματά σας και μόνο όταν αρχίσετε να είστε ευγνώμων για όλα τα προβλήματα που δεν έχετε.

4. Τα σημάδια σας είναι τα σύμβολα της δύναμής σας.

Μην ντρέπεστε ποτέ για τα σημάδια που σας άφησε η ζωή σας. Μια ουλή σημαίνει ότι το κακό έχει τελειώσει και η πληγή κλείνει. Αυτό σημαίνει ότι νικήσατε τον πόνο, πήρατε το μάθημα, δυναμώσατε και προχωρήσατε μπροστά. Μια ουλή είναι το τατουάζ του θριάμβου για το οποίο πρέπει να νιώθετε υπερήφανοι. Μην αφήνετε τα σημάδια σας να σας κρατήσουν ομήρους. Μην τα αφήνετε να σας οδηγούν να ζείτε μια φοβισμένη ζωή. Δεν μπορείτε να κάνετε τα σημάδια της ζωής σας να εξαφανιστούν, αλλά μπορείτε να αλλάξετε το τρόπο που τα βλέπετε. Μπορείτε να αρχίσετε να βλέπετε τα σημάδια σας ως ένα σημάδι δύναμης και όχι πόνου.

Ο Rumi είπε κάποτε, «Η πληγή είναι το μέρος από όπου μπαίνει το φως στο σώμα.» Τίποτα δεν θα μπορούσε να είναι πιο κοντά στην αλήθεια. Από τα δεινά έχουν προκύψει οι ισχυρότερες ψυχές. Οι πιο ισχυροί χαρακτήρες σε αυτό το μεγάλο κόσμο έχουν σφυρηλατηθεί με ουλές. Δείτε τα σημάδια σας ως ένα σημάδι του «ΝΑΙ! Το έκανα αυτό! Επέζησα και έχω τα σημάδια που το αποδεικνύουν! Τώρα έχω την ευκαιρία να γίνω ακόμη δυνατότερος. «

5. Κάθε μικρός αγώνας είναι ένα βήμα προς τα εμπρός.

Στη ζωή, υπομονή δεν σημαίνει να περιμένεις. Σημαίνει να έχεις την ικανότητα να κρατήσεις μια σωστή στάση, ενώ εργάζεσαι σκληρά για να πετύχεις τα όνειρά σου γνωρίζοντας ότι ο κόπος σου αξίζει τον κόπο. Έτσι, αν έχετε σκοπό να προσπαθήσετε,

βρείτε το χρόνο να το πάτε μέχρι τέλους. Βρείτε το χρόνο να ολοκληρώσετε όλη τη διαδρομή. Διαφορετικά, δεν έχει νόημα να ξεκινήσετε καν.

Αυτό θα μπορούσε να σημαίνει ότι θα χάσετε για λίγο την σταθερότητα και την άνεση σας. Θα μπορούσε να σημαίνει ότι δεν θα τρώτε όσο τρώγατε και ότι δεν θα κοιμάστε όσο είχατε συνηθίσει να κοιμάστε. Θα μπορούσε να σημαίνει ότι θα θυσιάσετε τις σχέσεις σας. Ότι θα σας κοροϊδέψουν οι συμμαθητές σας. Ότι θα περάσετε ένα μεγάλο διάστημα μοναξιάς. Η μοναξιά, όμως, είναι το δώρο που καθιστά δυνατά τα σπουδαία πράγματα. Σας δίνει το χώρο που χρειάζεστε. Όλα τα άλλα είναι μια δοκιμασία της αποφασιστικότητας σας, για το πόσο το θέλετε πραγματικά.

Και αν το θέλετε, θα το κάνετε, παρά την αποτυχία και την απόρριψη. Και σε κάθε βήμα θα αισθάνεστε καλύτερα από όσο μπορείτε να φανταστείτε. Θα συνειδητοποιήσετε ότι ο αγώνας δεν βρίσκεται στη διαδρομή, είναι η διαδρομή. Και αξίζει τον κόπο. Έτσι, αν έχετε σκοπό να προσπαθήσετε, περπατήστε όλη τη διαδρομή μέχρι τέλους. Δεν υπάρχει καλύτερο συναίσθημα στον κόσμο. Δεν υπάρχει καλύτερο συναίσθημα από το να γνωρίζεις τι σημαίνει να είσαι ΖΩΝΤΑΝΟΣ.

6. Η αρνητικότητα των άλλων ανθρώπων δεν είναι δικό σας πρόβλημα.

Να είστε θετικοί όταν η αρνητικότητα σας περιβάλλει. Να χαμογελάτε όταν οι άλλοι προσπαθούν να σας τραβήξουν κάτω. Είναι ένας εύκολος τρόπος για να διατηρήσετε τον ενθουσιασμό σας και την εστίαση σας. Όταν οι άλλοι σας αντιμετωπίζουν με άσχημο τρόπο, συνεχίστε να είστε ο εαυτός σας. Μην αφήσετε ποτέ την πικρία κάποιου άλλου να αλλάξει αυτό που είστε. Μην παίρνετε αυτά που λένε οι άλλοι προσωπικά, ακόμη και αν είναι προσωπικά. Σπάνια οι άνθρωποι κάνουν πράγματα εξαιτίας σας. Ότι κάνουν, το κάνουν εξαιτίας τους.

Πάνω απ' όλα, μην αλλάξετε ποτέ απλά για να εντυπωσιάσετε κάποιον που λέει ότι δεν είστε αρκετά καλός. Να αλλάξετε επειδή αυτό θα σας κάνει καλύτερο άνθρωπο και θα σας οδηγήσει σε ένα

καλύτερο μέλλον. Οι άνθρωποι θα συνεχίσουν να μιλάνε για εσάς, ανεξάρτητα από το τι κάνετε ή πόσο καλά μπορείτε να το κάνετε. Έτσι να ανησυχείτε για τον εαυτό σας, πριν αρχίσετε να ανησυχείτε για το τι σκέφτονται οι άλλοι. Αν πιστεύουμε σε κάτι, δεν πρέπει να φοβόμαστε να αγωνιστούμε για αυτό. Τη μεγάλη δύναμη θα τη βρείτε αν αγνοήσετε όσους υποστηρίζουν ότι δεν μπορείτε να τα καταφέρετε.

Σίγουρα το έχετε ακούσει κάπου: «Η ζωή έρχεται μόνο μία φορά». Αλήθεια είναι. Για αυτό, κάντε ό, τι σας κάνει ευτυχισμένο και να είστε μαζί με όποιον σας κάνει να χαμογελάτε.

7. Ότι είναι γραφτό να γίνει, τελικά θα ΓΙΝΕΙ.

Η αληθινή δύναμη έρχεται όταν, ενώ έχετε τόσα πολλά να κλάψετε και να στεναχωρηθείτε, προτιμάτε να χαμογελάσετε και να εκτιμήσετε τη ζωή σας. Υπάρχουν ευλογίες κρυμμένες σε κάθε αγώνα που αντιμετωπίζετε. Θα πρέπει όμως να είστε πρόθυμοι να ανοίξετε τη καρδιά και το μυαλό για να τις δείτε. Δεν μπορείτε να αναγκάσετε τα πράγματα να συμβούν. Μπορείτε όμως να προσπαθήσετε πολύ σοβαρά. Σε κάποιο σημείο ίσως θα πρέπει να αφήσετε να γίνει αυτό που είναι γραφτό να γίνει.

Στο τέλος, το να αγαπήσετε τη ζωή σας σημαίνει να εμπιστευτείτε τη διαίσθησή σας, να παίρνετε ρίσκα, να χάνετε και να βρίσκετε την ευτυχία, να αποκτήσετε όμορφες

αναμνήσεις και να μάθετε μέσα από την εμπειρία. Είναι ένα μακρύ ταξίδι. Θα πρέπει να σταματήσετε να ανησυχείτε, να αναρωτιέστε και να αμφιβάλλετε για κάθε βήμα που κάνετε. Να χαμογελάτε, να ζείτε συνειδητά την κάθε στιγμή και να απολαύσετε τη ζωή σας, όπως αυτή ξετυλίγεται. Μπορεί να μην καταλήξετε ακριβώς εκεί που θέλατε να πάτε, αλλά θα φθάσετε τελικά ακριβώς εκεί που πρέπει να πάτε.

8. Το καλύτερο πράγμα που μπορείτε να κάνετε είναι να συνεχίσετε.

Μην φοβάστε να προσπαθήσετε ξανά, να αγαπήσετε και πάλι, να ζήσετε και πάλι και να ονειρευτείτε και πάλι. Μην αφήνετε ένα σκληρό μάθημα να σκληρύνει την καρδιά σας. Τα καλύτερα μαθήματα της ζωής συχνά διδάσκονται από τα χειρότερα λάθη και στις χειρότερες συνθήκες. Θα υπάρξουν στιγμές που θα νομίζετε ότι τα πράγματα δεν μπορούν να γίνουν χειρότερα. Ότι έχετε φτάσει στον πάτο του βαρελιού και ότι δεν πρόκειται να ξεφύγετε ποτέ από το αδιέξοδο. Δεν ισχύει. Όταν αισθάνεστε ότι ξεμείνατε από δυνάμεις και ότι είστε έτοιμος να τα παρατήσετε, να θυμάστε ότι μερικές φορές τα πράγματα πρέπει να πάνε πολύ στραβά πριν εξελιχθούν σωστά. Μερικές φορές πρέπει να ζήσετε το χειρότερο, για να φτάσετε στο καλύτερο.

Ναι, η ζωή είναι σκληρή, αλλά εσείς είστε πιο σκληρός. Βρείτε τη δύναμη να γελάτε κάθε μέρα. Βρείτε το θάρρος να αισθανθείτε διαφορετικά, όμορφα. Ανακαλύψτε στη καρδιά σας τον τρόπο να κάνετε τους άλλους να χαμογελούν. Μην εκνευρίζετε με πράγματα που δεν μπορείτε να αλλάξετε. Ζήστε απλά. Μοιράστε την αγάπη σας απλόχερα. Μιλήστε με ειλικρίνεια. Εργαστείτε επιμελώς. Ακόμη και αν πέσετε, σηκωθείτε και συνεχίστε. Συνεχίστε.

Κάθε πρωί που θα ξυπνάτε, να έχετε στο μυαλό σας αυτή τη λίστα:

«Να σκέφτεσαι θετικά. Να τρως υγιεινά. Να ασκείς το σώμα σου. Να ανησυχείς λιγότερο. Να δουλέψεις σκληρά. Να γελάς συχνά. Να κοιμάσαι καλά. Επανάληψη.»

1. Ο πόνος είναι μέρος της ανάπτυξης

2. Τα πάντα στη ζωή είναι προσωρινά

3. Με το να ανησυχείτε και να διαμαρτύρεστε για τα πάντα δεν αλλάζει κάτι

4. Τα σημάδια σας είναι τα σύμβολα της δύναμής σας

5. Κάθε μικρός αγώνας είναι ένα βήμα προς τα εμπρός

6. Η αρνητικότητα των άλλων ανθρώπων δεν είναι δικό σας πρόβλημα

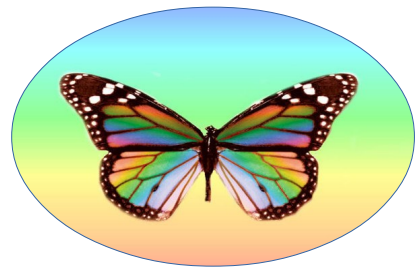
7. Ότι είναι γραφτό να γίνει, τελικά θα ΓΙΝΕΙ

8. Το καλύτερο πράγμα που μπορείτε να κάνετε είναι να συνεχίσετε

**ΕΥΤΥΧΙΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ Η ΑΠΟΥΣΙΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ
ΑΛΛΑ Η ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥΣ**

Ξεκινώντας το θεραπευτικό παιχνίδι...

(Μια εμπειρία από την Αθηνά Παπαδοπούλου)



Οι θεωρητικές πληροφορίες...

Ήδη από τα φοιτητικά μου χρόνια και ξεκινώντας με τα μαθήματα ειδικής αγωγής στο πανεπιστήμιο όπου σπούδαζα, είχα αρχίσει να διαβάζω πολλά βιβλία, άρθρα και έρευνες σχετικά με τις "διαταραχές στο φάσμα του αυτισμού". Μετά την ολοκλήρωση μάλιστα των σχετικών εργασιών, οι οποίες απαιτούσαν έρευνα και σύγκριση απόψεων, θεωρούσα ότι είχα πάρει πολλές θεωρητικές πληροφορίες γύρω από αυτό το θέμα.

Η συνειδητοποίηση...

Μέσα όμως από τη θεραπευτική προσέγγιση του αυτισμού μέσω παιχνιδιού στο Κέντρο Υποστήριξης Γονέων, συνειδητοποίησα ότι στην πράξη η κατάσταση είναι διαφορετική από αυτήν που είχα δημιουργήσει στο μυαλό μου. Και η σημαντικότερη διαφορά ευτυχώς ήταν θετική. Δηλαδή συνειδητοποίησα πως τα παιδιά αυτά δεν είναι "δύσκολα" με την έννοια και στο βαθμό που φανταζόμουν!

"Πεταλούδα πεταλούδα!"

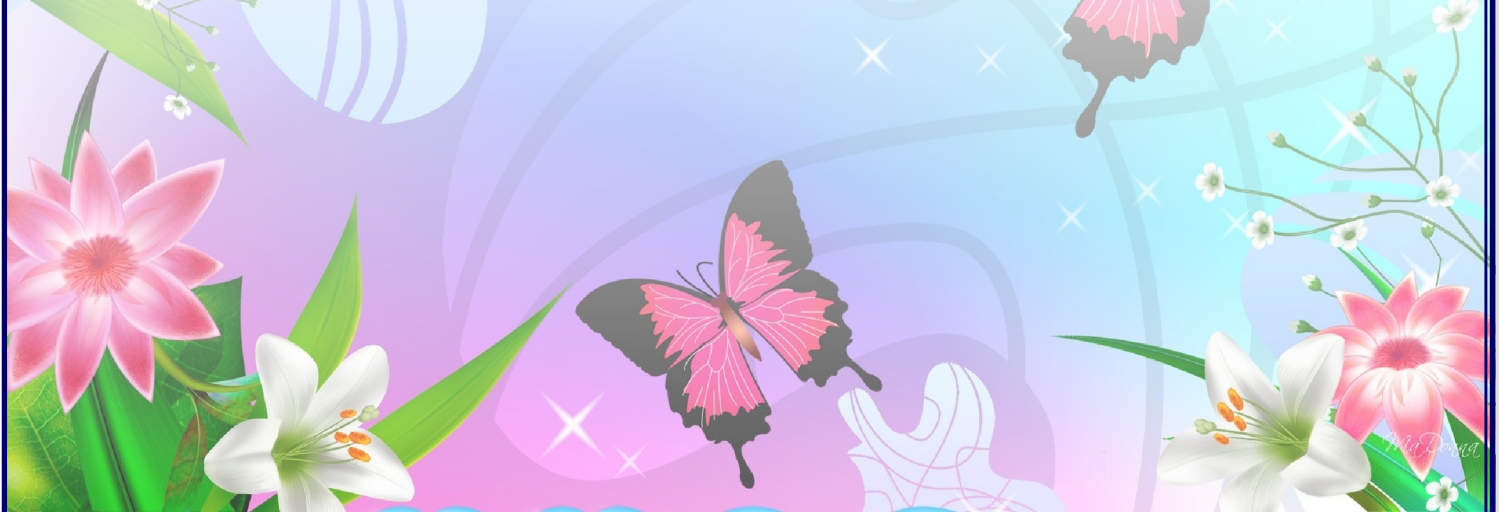
Συγκεκριμένα, παλιότερα πίστευα ότι δεν ήταν εφικτή για το παιδί η ξαφνική συνύπαρξη στον ίδιο χώρο με κάποιο άτομο που δεν γνωρίζει καθόλου. Έτσι, μου φάνηκε αρχικά περίεργο το γεγονός ότι ενώ το παιδί δεν με έχει γνωρίσει, θα έμπαινα στο δωμάτιο για μία ώρα μαζί του. Ήμουν σίγουρη (και το θεωρούσα δεδομένο) ότι δε θα με δεχόταν. Γι' αυτό και έμεινα τρομερά έκπληκτη όταν με υποδέχτηκε με τόσο ενθουσιασμό φωνάζοντας "πεταλούδα - πεταλούδα" (η μπλούζα μου είχε σχεδιασμένες πεταλούδες). Και όλα αυτά μετά από μια απλή σύσταση και την επεξήγηση ότι ήρθα για να παίξουμε μαζί!

Με αληθινό ενθουσιασμό...

Ακόμα θυμάμαι το πόσο συγκρατημένη μπήκα μέχρι να δω την αντίδραση του παιδιού και κατάλαβα ότι επειδή με υποδέχθηκε με τόσο ενθουσιασμό, το χαιρέτησα κι εγώ με ανάλογο ενθουσιασμό. Αυτό βέβαια ήταν κάτι που συνειδητοποίησα μετά από αρκετές εβδομάδες, όταν σκεφτόμουν ότι είναι ευκολότερο να βοηθήσω το παιδί αν αντιδρώ με αληθινό, ειλικρινή ενθουσιασμό.

Και τελικά με βοήθησε το ίδιο το παιδί...

Το ίδιο το παιδί, που πίστευα ότι εγώ μπαίνω εκεί για να βοηθήσω, με βοήθησε το πρώτο κιόλας δευτερόλεπτο, να ξεπεράσω λίγο το τεράστιο άγχος που ένιωθα απλά με τον ενθουσιασμό του! Ξέρω φυσικά πως κάθε παιδί είναι διαφορετικό. Έτσι ένιωθα πολύ τυχερή για το ξεκίνημά μου. Αλλά τελικά, δεν έχει τόσο μεγάλη σημασία το ποιο παιδί είναι στο δωμάτιο! Όποιο παιδί και αν είναι, ο ενθουσιασμός και η καλή διάθεση είναι απαραίτητα στοιχεία και βοηθούν τόσο εμένα την ίδια, όσο και το παιδί.



ΠΩΣ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΘΗΚΕ Ο ΣΤΑΥΡΟΣ ΣΤΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Ο Σταύρος (4,5 χρ.) είναι ένα πολύ υπερκινητικό παιδί, χαοτικό και πολύ εγωκεντρικό. Οι επιτυχίες του Σταύρου μέσα στον πρώτο μήνα του θεραπευτικού παιχνιδιού Κάλεσμα είναι πολλαπλές και εντυπωσιακές.

1. Περιμένει στην ουρά για τη τσουλήθρα στο πάρκο! Ποτέ δεν μπορούσε να περιμένει.
2. Δεν σκουντάει τα παιδιά στο πάρκο.
3. Ενώ ο Σταύρος θέλει να τρώει συνέχεια, τώρα προτιμά να παίζει. Όταν η μητέρα του τον καλεί για το φαγητό, λέει: «Όχι, τώρα θα παίξω!»
4. Ενώ πριν ένα μήνα ήθελε να πηγαίνει πολύ στη γιαγιά του, τώρα προτιμάει να παίζει με τη μαμά του στο σπίτι!

5. Βρήκε ένα κομμάτι χαρτί και το αναγνώρισε ως μια ουρά γάτας. Αργότερα βρήκε το βιβλίο με την γάτα και θυμήθηκε την κομμένη ουρά και τα ένωσε!

6. Ο Σταύρος είχε ένα αυγό από φελιζόλ. Το δάγκωσε και το χάλασε, ώσπου έμεινε μόνο ο πάτος. Το έδειξε στη μαμά λέγοντας: Ένα αερόστατο!»

7. Καθόταν ολόκληρη ώρα στην εκκλησία, κάτι που δεν έχει γίνει ποτέ!

8. Υπακούει πλέον στο πάρκο. Είναι εντυπωσιακό!

9. Τα ξεσπάσματα που κρατούσαν ώρες καθημερινά έχουν ελαττωθεί στο ελάχιστο. Αν έχει ένα ξέσπασμα, θα κρατήσει το πολύ δύο λεπτά!

10. Η γιαγιά δεν μπορούσε ποτέ να ανοίξει το λάπτοπ της, γιατί ο Σταύρος ήθελε να παίξει μ' αυτό . Πριν μερικές μέρες έτυχε να το ανοίξει και ο Σταύρος ήθελε πάλι να παίξει. Η γιαγιά τότε του είπε: «Περίμενε, πρώτα εγώ και μετά εσύ.» Και ο Σταύρος καθόταν και περίμενε!!!

11. Ο λόγος του βελτιώθηκε ραγδαία. Απαντάει πολλές φορές άμεσα, ακόμα και σε ερωτήσεις χωρίς να έχει άμεσο συμφέρον. «Έπαιξες καλά; Ναι!» Λέει ΝΑΙ πολύ πιο άνετα. Χρησιμοποιεί περισσότερες λέξεις.

12. Τώρα που η μητέρα του δίνει ένα συγκεκριμένο πράγμα που μπορεί να μασάει όταν βλέπει ότι το έχει ανάγκη, φαίνεται ότι τον ικανοποιεί και συνεπώς ελαττώθηκε πολύ στο να βάζει άλλα πράγματα στο στόμα του.

**Σκέψεις για
τον αυτισμό**

**από τη
Δήμητρα Σολάκη**

Κατά την πρώτη μου επαφή με τον αυτισμό συνάντησα πολλά και διάφορα παιδιά στο φάσμα. Μου έκανε εντύπωση το γεγονός ότι δεν σε λάμβαναν υπόψη ακόμα και αν βρισκόσουν στον ίδιο χώρο μαζί τους, σαν να μην υπήρχες.

Επίσης, κάποια παιδιά, αν όχι και όλα, δεν ήξεραν πως να παίξουν μαζί σου. Σε "χρησιμοποιούν" συνήθως μόνο εάν δεν μπορούν να καταφέρουν κάτι μόνο τους.

Σκεφτόμουν.. "Μα καλά γιατί δεν με κοιτάζουν;" Ακόμα κι αν τους φωνάζω με το όνομά τους καμιά φορά δεν ανταποκρίνονται ούτε πάλι με κοιτάζουν. Μήπως θέλουν κάπως να επικοινωνήσουν, να βρουν ένα τρόπο αλλά δεν μπορούν;

Οι άνθρωποι έχουμε συνηθίσει ο ένας να ασχολείται με τον άλλο, είμαστε κοινωνικά όντα και έχουμε συνήθως την ανάγκη αυτή, όμως δεν είμαστε όλοι ίδιοι.

Όταν μπήκα για πρώτη στο δωμάτιο για να παίξω με ένα παιδί που ήταν στο φάσμα του αυτισμού άφησα πίσω μου όλες αυτές τις σκέψεις και τους προβληματισμούς. Έκανα αυτό που μου είπε η κ. Μαρέικε και αυτό που έβλεπα να κάνουν και οι άλλες εθελόντριες. Ακολουθούσα απλά το παιδί και του έδειξα ότι μου αρέσει που είμαι μαζί του και ότι το δέχομαι όπως ακριβώς είναι χωρίς να περιμένω κάτι από αυτό.

Έτσι, ξεκίνησα να χαίρομαι το κάθε παιδί που παίζω ξεχωριστά και κατάλαβα ότι και τα παιδιά με τον καιρό άρχισαν να απολαμβάνουν το παιχνίδι μαζί μου.

Φυσικά δεν είναι μόνο ένα απλό παιχνίδι,

υπάρχουν για το κάθε παιδί διαφορετικοί στόχοι που θέτουμε κάθε φορά, όπως να ξεκινήσει να μιλάει ή να δείχνει με το δάχτυλο τι θέλει.

Μια μέρα μπαίνει μέσα στο γραφείο ένα παιδί με αυτισμό με χαιρετάει πρώτος μου λέει "Γειά σου!" του απαντάω "Γειά σου Θωμά" μου λέει "ψάχνω την Μαρέικε" και ξεκίνησε να την ψάχνει.

Παίζανε κρυφτό! Έτσι κατάλαβα λοιπόν πως εάν μπορούμε στον κόσμο των παιδιών που βρίσκονται στο φάσμα και θέτοντας ένα σκοπό κάθε φορά τα παιδιά αυτά θα μπορέσουν να γίνουν κοινωνικά και να έχουν την εξέλιξη που θέλουμε και που μπορούν να καταφέρουν.



**Ο τοίχος που χτίζεις γύρω σου για να σε
προστατεύει από τη θλίψη,
εμποδίζει επίσης να σε φτάσει η χαρά!**

Jim Rohn



ΕΧΕΤΕ ΑΠΟΡΙΕΣ...; Η ΜΑΡΕΪΚΕ ΑΠΑΝΤΑΕΙ ΣΕ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΑΣ

Ερώτηση

Καλημέρα σας θα ήθελα να μου πείτε εάν μπορείτε την άποψή σας για το πότε είναι καλό να μιλήσουμε στο παιδί μας για την διάγνωση του δηλ σε πια ηλικία και ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος για να του το πούμε. Σας ευχαριστώ εκ των προτέρων.

Ελένη

Απάντηση

Πόσο χρονών είναι το παιδί σας τώρα; Φαντάζομαι ότι το παιδί είναι υψηλής λειτουργικότητας, με λόγο και κατανόηση, για να μου κάνεις αυτή την ερώτηση. Νομίζω ότι δεν υπάρχει όριο ηλικίας. Από την στιγμή που γνωρίζετε ότι αυτό συμβαίνει, καλό είναι να καταλάβει το παιδί πως ορισμένα προβλήματα προέρχονται από αυτό. Έτσι δεν χρειάζεται να το πείτε μια και έξω, αλλά εξηγώντας ορισμένες συμπεριφορές και ορισμένα προβλήματά του στο φως του φάσματος, θα μπορέσει και ο ίδιος να καταλάβει. Αν ήταν ευφυές το παιδί σου, δεν θα του το έλεγες; Όσο νωρίτερα, τόσο πιο φυσιολογικό είναι γι 'αυτό. Αλλιώς πώς θα εξηγήσετε τις διάφορες στρατηγικές που θα του είναι χρήσιμες; Πρώτ' απ' όλα η διάγνωση είναι η αρχή της θεραπείας. Δεν είναι καταδίκη. Παίζοντας μαζί του θεραπευτικά, όση ώρα μπορείτε, το βοηθάτε να αποκτήσει κοινωνικότητα και να μειωθεί ο εγωκεντρισμός. Όσο πιο πολύ το δέχεστε άνευ όρων, και δεν κρίνεται αυτό που κάνει ως καλό ή κακό (μάλλον μόνο ως κακό - τα καλά να τα χειροκροτάτε!), το παιδί θα αλλάξει εσωτερικά. Ελπίζω ότι σου απάντησα ικανοποιητικά.

Μ. Κокκαλίδου

Παίζοντας με το παιδί!

Δεν υπάρχει τίποτα καλύτερο από το να βλέπεις το παιδί να γελάει και να απολαμβάνει αληθινά το παιχνίδι μαζί σου! Η λάμψη που υπάρχει στα μάτια του σε συνδυασμό με το χαμόγελο και το γέλιο του, προκαλούν άφθονα συναισθήματα χαράς, αγάπης και ικανοποίησης. Και αυτό συμβαίνει γιατί τότε καταλαβαίνεις πως το παιδί είναι ευχαριστημένο και πράγματι παίζεις προσφέροντάς του αποδοχή και κοινωνικότητα. Όταν υπάρχει αυτή η συνεργασία στο παιχνίδι, ή ικανοποίηση και ο ενθουσιασμός νιώθεις πιο "αποτελεσματικός"!

Οι δυσκολίες εμφανίζονται όταν το κλίμα δεν είναι τόσο θετικό. Για παράδειγμα αν το παιδί γκρινιάζει, βιάζεται ή ζητάει να φύγει, πλησιάζει επίμονα την πόρτα ή κολλάει στο τζάμι ζητώντας τη μαμά του και γενικά αν βρίσκεται σε μία παράξενη - για εμένα που αδυνατώ να κατανοήσω - σύγχυση, τότε εμφανίζονται συναισθήματα "αναποτελεσματικότητας"! Το ίδιο συμβαίνει και όταν το παιδί γυρνάει την πλάτη και δεν μας επιτρέπει να συμμετέχουμε ενεργά στη δραστηριότητα που επιλέγει. Σε τέτοιες περιπτώσεις μάλιστα εμφανίζονται και συναισθήματα "αποκλεισμού".

Έρχονται στο μυαλό πολλές σκέψεις και ερωτήματα όπως: "Γιατί δε με συμπεριλαμβάνει στο παιχνίδι του;", "Τι πρέπει να κάνω;", "Μήπως πρέπει να είμαι πιο ενθουσιώδης και να το παρακινήσω ή να του δώσω χρόνο και ηρεμία;", "Πώς να του τραβήξω την προσοχή;", "Μήπως τον ενοχλώ και του προκαλώ δυσφορία;", "Γιατί δε θέλει να κάνουμε τίποτα;", "Ίσως πρέπει να απομακρυνθώ λίγο και να του δώσω χώρο, εκτός από χρόνο", "Μήπως δεν παίζω καλά μαζί του; Κάτι πρέπει να αλλάξω στη συμπεριφορά μου"!

Είχαμε μιλήσει σε κάποιο μάθημα για έναν αόρατο τοίχο που νιώθουμε πως υψώνεται ανάμεσά μας και πραγματικά μου είχε ακουστεί πολύ εύστοχο. Τότε συνειδητοποίησα ότι αυτό δεν ήταν κάτι που μόνο εγώ ένιωθα, αλλά συνέβαινε και σε άλλες κοπέλες. Ωστόσο, είναι φυσιολογικό το παιδί να μην έχει πάντα καλή διάθεση και όρεξη για παιχνίδι, απλά επειδή αυτό θα προτιμούσα εγώ! Δεν είναι δυνατόν να μην είναι ποτέ κουρασμένο ή νευρικό. Είναι φυσιολογικό για όλους τους ανθρώπους και δικαίωμα του καθενός! Άρα και του παιδιού!

Επομένως δεν υπάρχει κανένας αόρατος τοίχος, από τη μεριά του τουλάχιστον. Όλο αυτό βρίσκεται στο μυαλό μου! Τελειώνοντας λοιπόν, θυμίζω πρώτα απ' όλα στον εαυτό μου, πως χρειάζεται η αποδοχή προς το παιδί να είναι ολική. Δηλαδή αποδέχομαι το παιδί και όταν κλαίει, όταν φωνάζει, όταν γκρινιάζει, όταν είναι νευρικό ή κακοδιάθετο προσπαθώντας να του φτιάξω το κέφι χωρίς πίεση. Εξάλλου αυτό είναι που χρειαζόμαστε όλοι μας όταν είμαστε κακόκεφοι!

Αθηνά Παπαδοπούλου

ΤΟ ΚΟΥΡΕΜΑ!



Πολλά αυτιστικά παιδιά δεν θέλουν καθόλου να κουρευτούν. Αυτό είναι ένα πρόβλημα. Αναστατώνονται, δεν κάθονται και πανικοβάλλονται. Νομίζω ότι υπάρχουν δύο δυνατότητες.

Η μία είναι να συνηθίσει το κούρεμα με το ψαλίδι σταδιακά. Μπορεί να βιώνει ότι δεν είναι τόσο φοβερό, όταν τον βάζετε κάθε μέρα σε συγκεκριμένη στιγμή (προβλέψιμη για εκείνο!) στην αγκαλιά σας για μια πολύ επιφανειακή ψαλιδιά (μια πολύ μικρή και γρήγορη). Αμέσως μετά η επιβράβευση: «Μπράβο, κουρεύτηκες!!» Αυτή τη διαδικασία θα την συνεχίζετε μέχρι να μην αντιδρά πια, μέχρι να κάθεται χαλαρά. Τότε μπορείτε να το κάνετε δύο ψαλιδιές και σταδιακά να τις αυξήσετε. Κάποια στιγμή θα πάψει να είναι δύσκολο για το παιδί σας.

Η δεύτερη δυνατότητα είναι να το κουρεύετε με την κουρευτική μηχανή κάθε δύο-τρεις μήνες, κρατώντας το καλά στην αγκαλιά σας και τελειώνοντας μέσα σε πέντε λεπτά. Είναι μια πράξη βίας ασφαλώς, αλλά είναι σύντομη και το αποτέλεσμα κρατάει μήνες.

Αν εσείς δεν αγχώνεστε, αλλά παραμένετε ήρεμοι και αποφασιστικοί ότι είναι μια διαδικασία που πρέπει να γίνει, τότε το παιδί θα εκλαμβάνει από σας ότι δεν είναι κάτι το τρομερό. Φυσικά για εκείνο παραμένει δύσκολο, επειδή το φοβάται, αλλά η ήρεμη στάση σας δείχνει την αποδοχή σας για την αντίδρασή του.

ΚΑΙ ΕΠΕΙΔΗ ΟΛΑ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ... ΔΕΙΤΕ ΜΙΑ ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΕ ΥΓΕΙΝΑ ΥΛΙΚΑ

Φέτα Αμυγδάλου



Υλικά:

1/4 κούπα ωμά αμύγδαλα ξεφλουδισμένα
1/2 κούπα ζεστό νερό.
1/2 κούπα κρύο νερό
2 κ.σ. χυμό λεμονιού
4 κ.σ. κοφτές νισεστέ (εγώ έβαλα 6 για να γίνει πιο σφιχτό)
1 κ.γ. αλάτι
2 κ.σ. ελαιόλαδο
1/2 κ.γ. διατροφική μαγιά (προαιρετικό)
1/4 κ.γ. σκόρδο σκόνη (προαιρετικό)
1 κ.γ. θυμάρι. Εάν θέλετε μπορείτε να βάλετε κι άλλα μυρωδικά της
αρεσκείας σας!

Εκτέλεση:

Μουλιάζουμε τα αμύγδαλα 8-12 ώρες, βολεύει να γίνει αυτό από το προηγούμενο βράδυ. Τα ζεματάμε σε βραστό νερό για λίγα λεπτά ώστε να φουσκώσει η φλούδα και τα ξεφλουδίζουμε.

Χτυπάμε τα αμύγδαλα σε έναν επεξεργαστή τροφίμων μέχρι να λιώσουν ελαφρώς και να γίνουν πολύ ψιλά τρίμματα (όχι παραπάνω, γιατί θα αρχίσουν να γίνονται βούτυρο). Προσθέτουμε το ζεστό νερό και χτυπάμε μέχρι να γίνουν ένα ομοιόμορφο μείγμα.

Έπειτα διαλύουμε τον νισεστέ στο κρύο νερό μαζί με όλα τα υπόλοιπα υλικά και το προσθέτουμε και αυτό στο μπλέντερ και χτυπάμε μέχρι να γίνει ένα ομοιογενές μείγμα.

Αδειάζουμε σε μικρό κατσαρολάκι και βράζουμε σε μέτρια φωτιά

ανακατεύοντας συνεχώς με ένα σύρμα για να μην μας κολλήσει. Μόλις το μείγμα πήξει και γίνει μαστιχωτό, κατεβάζουμε από τη φωτιά και το βάζουμε σε ένα γυάλινο ή πήλινο δοχείο, το ισιώνουμε με ένα κουτάλι και το αφήνουμε να κρυώσει.

Βάζουμε στο ψυγείο όπου θα σφίξει κι άλλο και διατηρείται για μία εβδομάδα.

Παραμύθι, το κουκί και το ρεβύθι...

*Ένα συναρπαστικό παραμύθι σε συνέχειες
από τον Κωνσταντίνο Φασουλά.*

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Η ΧΑΜΕΝΗ ΜΠΑΛΑ ΚΑΙ ΤΟ ΜΥΣΤΙΚΟ ΤΗΣ ΑΠΟΘΗΚΗΣ

Δύο εβδομάδες μετά αφότου ο Ρούντι και ο Όλιβερ προσαρμόστηκαν στο χώρο ο Ρούντι είχε την ιδέα να παίξουν με μια μπάλα που τους χάρισε το αφεντικό τους, ο κύριος Αντωνιάδης. Ο Όλιβερ βρήκε την ιδέα θαυμάσια και έτσι άρχισαν το παιχνίδι.

Ξαφνικά ο Όλιβερ βάρεσε τη μπάλα τόσο δυνατά που πέρασε όλη την αυλή και πήγε μέσα στη σκοτεινή αποθήκη. Καταφοβισμένοι και κατατρομαγμένοι που είδαν το σκοτάδι ο Όλιβερ και ο Ρούντι πήγαν στην κατασκότεινη αποθήκη.

- Δδδεννν μου μου λλες, ρρωτάει τρέμοντας ο Ρούντι, δδεν νονομίζεις οόότι ειείναι ποπολυ σκοσκοσκοτεινά εεδώ μεμέσα;
- Ναι!!!! Απαντάει ο Όλιβερ.
- Ττρέμμω οοοολόκληρος λέει ο Ρούντι.
- Ας βρούμε την μπάλα τώρα. Κοίτα! Βρήκα ένα διακόπτη που αν τον πατήσω θ' ανάψει η λάμπα, λέει ο Όλιβερ.

Ανοίγει το φως αλλά τότε είδαν ένα μεγάλο μπασούλο σ'ένα σημείο της αποθήκης. Το ανοίγουν και τι να δουν; Μέσα στο

μπαούλο υπάρχουν 1.000.000.000.000 λίρες.

- Είναι αλήθεια αυτό ή ονειρεύομαι; Ας με τσιμπήσει κάποιος φωνάζει ο Ρούντι.

- Απ' ότι φαίνεται είναι αλήθεια Ρούντι! Είπε ο Όλιβερ.

- Τέλος πάντων! Ας βρούμε τώρα τη μπάλα κι ας φύγουμε γιατί θυμήθηκα τώρα τον Ρεξ, τον πλούσιο της παλιάς μου γειτονιάς λέει ο Ρούντι.

Βρίσκουν τη μπάλα και φεύγουν από την αποθήκη. Το βράδυ άρχισαν να συζητούν για τις λίρες που ανακάλυψαν στην αποθήκη.

- Καλά μιλάμε για πολύ χρήμα! Λέει όλος χαρά ο Όλιβερ.

- Αααχ! Το ξέρω! Αναστενάζει ο Ρούντι. Πάντως αν ήμουν άνθρωπος θα τα είχα πάρει όλα εκείνα και θα πήγαινα στη Βραζιλία να χορεύω με τις Βραζιλιάνες και τους Βραζιλιάνους.

- Τι βλακείες είναι αυτές τώρα, τον μαλώνει ο Όλιβερ. Εγώ τουλάχιστον θα πήγαινα στη Χαβάη και θα έπινα χυμό εξωτικών φρούτων!

- Εγώ άλλαξα γνώμη! Πιστεύω δε μας χρειάζονται καν λεφτά! Τα λεφτά που έχουμε είναι η φιλίας μας και αυτό μας κάνει πλούσιους από αγάπη ο ένας για τον άλλο, λέει ο Ρούντι.

Και μετά από αυτό ο Όλιβερ και ο Ρούντι κοιμήθηκαν χωρίς να ξεχάσουν πως γνωρίστηκαν και πώς κατάφεραν να ζουν αυτή τη λατρεμένη ζωή.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Η ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ

Ήταν πρωί της Κυριακής και ο κύριος Αντωνιάδης είπε στον Όλιβερ και τον Ρούντι: «Ακούστε με, σήμερα θα πάμε μια εκδρομή στο όρος Κυλλήνη που βρίσκεται στην Ελλάδα. Θέλω όση ώρα ταξιδεύουμε να είστε ήσυχοι στην κλούβα σας. Όταν φτάσουμε θα σας αφήσω ελεύθερους να παίξετε μαζί με το σκυλί της κυρίας Παπαναστασίου, την Πολίνα που θα έρθουν μαζί μας και μετά θα κάνουμε πικνικ. Άντε ετοιμαστείτε».

Το τι χαρές έκαναν ο Όλιβερ και ο Ρούντι δεν δε λέγεται. Ξεκίνησαν. Μέσα στο αεροπλάνο από την κλούβα τους συζητούσαν με την Πολίνα και μόλις έφτασαν στο βουνό όπου τα αφεντικά τους τους άφησαν ελεύθερους ξεκίνησαν τα παιχνίδια και τις χαρές. Η Πολίνα είπε ξαφνικά: «Ει! Ποιόθ θέλει να παίχθει με την μπάλα που μου χάριθε η κυρία Παπαναθαθείου»;

- Εγώ, εγώ! Φώναξε ο Ρούντι.

- Κι εγώ, κι εγώ! Φώναξε ο Όλιβερ.

Έπαιζαν με την μπάλα ώρες πολλές μέχρι που τα αφεντικά τους φώναξαν να έρθουν για φαγητό. Το μενού είχε σάντουιτς για τον κύριο Αντωνιάδη, πίτα για την κυρία Παπαναστασίου, κρασί και μπριζόλες για τον Όλιβερ, το Ρούντι και την Πολίνα. Τα σκυλιά έτρωγαν τις μπριζόλες με απόλαυση.

- Μμμ! Πολύ νόστιμες μπριζόλες σε συμφωνείς Όλιβερ! Λέει ο Ρούντι.

- Μμμ! Ναι απαντάει με μ'ένα στόμα γεμάτο ως απάνω ο Όλιβερ.

- Τελικά το παραδέχομαι, αυτέθ οι μπριζόλεθ είναι πεντανόθημεθ, λέει με ευχαρίστηση η Πολίνα.

Μόλις τελείωσαν το λουκούλλειο γεύμα τους, άρχισαν και πάλι τα παιχνίδια για να χωνέψουν.

Κάποια στιγμή ενώ έπαιζαν κυνηγητό είδαν από μακριά μια σπηλιά και πήγαν να την εξερευνήσουν.

Μέσα υπήρχαν σταλαχτίτες και σταλαγμίτες αλλά και εκκεντρίτες. Ο Όλιβερ ρωτάει μισοφοβισμένος:

- Τι είναι αυτό το μέρος;

- Είναι μια σπηλιά ή όπως αλλιώς λέγεται ένα σπήλαιο και είναι πολύ ωραίο! Έχω ξαναπάει! Λέει γεμάτος χαρά ο Ρούντι.

- Ω! Αλήθεια και εγώ έχω πάει κι άλλη φορά θε θπήλαιο, λέει η Πολίνα.

Εξερεύνησαν το σπήλαιο και γύρισαν στα αφεντικά τους. Ξαναπήραν το αεροπλάνο και ξαναπήγαν στο Εδιμβούργο. Η σημερινή τους μέρα με την Πολίνα θα τους μείνει αξέχαστη και ανυπομονώντας για νέες περιπέτειες έπεσαν να κοιμηθούν κατάκοποι.

Στο επόμενο η συνέχεια...

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΓΟΝΕΩΝ

♥ ετήσια εκπαίδευση στο θεραπευτικό παιχνίδι

Ο σκοπός της εκπαίδευσης είναι ο εκπαιδευόμενος να μάθει να παίζει συνειδητά, να ξέρει να εφαρμόζει τις τεχνικές, να αποκτήσει κάποια εμπειρία με διάφορα παιδιά και να μπορεί να δώσει έμπνευση στους γονείς του αυτιστικού παιδιού.

♥ εθελοντικό πρόγραμμα εθελοντών κατ' οίκον

Εθελοντές επισκέπτονται οικογένεια με αυτιστικό παιδί για να παίζουν μαζί του μια φορά την εβδομάδα. Συμμετέχουν σε πρόγραμμα ενημέρωσης και καθοδήγησης.

♥ πολύωρο πρόγραμμα

Υπάρχει δυνατότητα ένα παιδί να παίζει για τρεις ή τέσσερις ώρες συνεχόμενα, με τη στήριξη εκπαιδευόμενων και εθελοντών.

♥ μηνιαία ομάδα γονέων

Η ομάδα γονέων σκοπεύει να δείξει πιο αποτελεσματικούς τρόπους αντιμετώπισης των συμπεριφορών του παιδιού, αλλά και να μάθει τους γονείς πώς να είναι πιο ήρεμοι και θετικοί γενικά ώστε να μπορούν να έχουν πιο λειτουργικές αντιδράσεις στα διάφορα γεγονότα.

♥ μηνιαία ομάδα γονέων μέσω skype

Για γονείς που δεν έχουν προσέλευση σε ομάδα, υπάρχει η δυνατότητα να συμμετέχουν σε μια ομάδα από απόσταση μέσω υπολογιστή.

♥ εντατικό πρόγραμμα

Γονείς που επιθυμούν να ξεκινήσουν ένα πρόγραμμα παιχνιδιού στο σπίτι τους μπορούν να εκπαιδευτούν σε εντατικό πρόγραμμα σε τρεις με πέντε μέρες, είτε μαζί με το παιδί τους, είτε χωρίς. Στην περίπτωση που δεν μπορούν να φέρουν το παιδί τους μαζί τους, θα μπορούν να κάνουν πρακτική εξάσκηση σε άλλο παιδί.

Θα υπάρχει συνέχεια επίβλεψης του προγράμματός του στο σπίτι.

♥ ενημέρωση και ημερίδα

Πραγματοποιούνται ενημερώσεις και ημερίδες για το θεραπευτικό παιχνίδι σ' όλη την Ελλάδα.

ΕΝΤΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Ο σκοπός της εκπαίδευσης είναι ο εκπαιδευόμενος να μάθει να παίζει συνειδητά, να ξέρει να εφαρμόζει τις τεχνικές, να αποκτήσει κάποια εμπειρία με διάφορα παιδιά και να μπορεί να δώσει έμπνευση στους γονείς του αυτιστικού παιδιού. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει

- ❖ 10 θεωρητικά μαθήματα (Σεπτ.-Δεκ. 2015)
- ❖ Εργασία στο σπίτι: δύο εκθέσεις το μήνα
- ❖ Καθημερινή πρακτική εξάσκηση με διάφορα παιδιά
- ❖ Ένα άρθρο το μήνα για το Περί Αυτισμού
- ❖ Εβδομαδιαία επίσκεψη κατ' οίκον

Κόστος: 700 Ευρώ (περιλαμβάνει εγχειρίδιο, πιστοποιημένο πτυχίο και αναφορά στην ιστοσελίδα του ΚΥΓ ως ειδικός). Εγγραφές και προκαταβολή ως 30/9/ 2015: Αναβάθμιση, Βάκχου 19-23, Θεσσαλονίκη

Το θεωρητικό πρόγραμμα είναι το εξής:

Η στάση

Μάθημα 1: Η στάση μας.

Άγχος, εδώ και τώρα, το μυστικό

Μάθημα 2: Η μέθοδος Option

Αποδοχή όλων των καταστάσεων, επιλέγουμε ευτυχία, εξάσκηση

Μάθημα 3: Rational Emotive Therapy

Υγιεινές και μη υγιεινές σκέψεις, εξάσκηση

Γνώση

Μάθημα 4: Αυτισμός, Αισθητηριακά, εγωκεντρισμός

Μάθημα 5: Επικοινωνία. Τρόποι, σημασία, το μήνυμα στο παιδί

Μάθημα 6: Ο αυτιστικός τρόπος σκέψης Αντίληψη, κατανόηση

Μάθημα 7: Τεχνικές θεραπευτικού παιχνιδιού: Οπτική επαφή, έλεγχος, συμμετοχή, προβλεψιμότητα, τα 3 Ε

Μάθημα 8: Οι στόχοι. Βήματα, σκηνοθεσία, επιβράβευση, εξάσκηση

Μάθημα 9: Θετική καθοδήγηση – παιχνίδι.

Επιρροή, έμπνευση

Μάθημα 10: Γονείς - οικογένειες

Πληροφορία, διαπαιδαγώγηση, υποστήριξη.

Βιωματικά

Cocounseling. Άλλοι τρόποι αυτογνωσίας.

Εβδομαδιαίες συναντήσεις για ασκήσεις παιχνιδιού, ή δημιουργία παιχνιδιών και εποπτεία.

Τώρα, περισσότερο Θεραπευτικό Παιχνίδι!

Το Κέντρο Υποστήριξης Γονέων έχει ως στόχο την υποστήριξη τόσο των γονέων όσο και των παιδιών, ώστε να βελτιωθεί η μεταξύ τους σχέση, να γίνει η συμβίωσή τους στο σπίτι πιο ευχάριστη και χαλαρή και για τις δυο πλευρές, και η επικοινωνία τους πιο αποτελεσματική.

Το Θεραπευτικό Παιχνίδι - Κάλεσμα είναι το μέσο για την ανάπτυξη μιας σχέσης γονέα-παιδιού όπου η κατανόηση, η αποδοχή, η χαρά και η επικοινωνία γίνονται όλο και πιο αμοιβαία. Έτσι, χτίζοντας δυνατούς δεσμούς στα μέλη της οικογένειας, το παιδί αρχίζει να εμπιστεύεται τον γονιό και οι γονείς να αποδέχονται και να εκτιμούν την αξία του παιδιού. Τα αποτελέσματα είναι συχνά θεαματικά, καθώς οι γονείς συχνά από τις πρώτες ακόμα συνεδρίες βλέπουν το παιδί τους να αλλάζει συμπεριφορά, να γίνεται πιο ήρεμο και συνεργάσιμο, να επιζητά την επικοινωνία και το χάδι, να εξελίσσει τον λόγο και τη δημιουργικότητά του. Αντίστοιχα οι γονείς, βλέποντας τις αλλαγές στο παιδί τους και μαθαίνοντας πώς να επικοινωνούν με αυτό αποτελεσματικά, γίνονται πιο αισιόδοξοι, δημιουργώντας και αυτοί τις κατάλληλες συνθήκες μιας θετικής αλλαγής.

Το Κέντρο Υποστήριξης Γονέων στηρίζει οικογένειες καθημερινά, με συμβουλευτική και το θεραπευτικό παιχνίδι, τόσο στο Κέντρο όσο και στο σπίτι. Ακόμα, μπορούν να απευθύνονται σε εμάς τόσο οικογένειες που μεγαλώνουν ένα παιδί με αυτισμό και άλλες ειδικές ανάγκες ή/και μαθησιακές διαταραχές και προβλήματα συμπεριφοράς, όσο και οικογένειες που περνούν μία κρίση στις μεταξύ τους σχέσεις ή έχουν δυσκολίες με την διαπαιδαγώγηση των παιδιών.

Προτεραιότητά μας είναι να δημιουργήσουμε ένα ευέλικτο, εξατομικευμένο πλάνο που θα ανταποκρίνεται στις ανάγκες της κάθε οικογένειας, με δυνατότητα επισκέψεων και στο σπίτι και εξυπηρέτησης και Σαββατοκύριακων. Σας περιμένουμε ώστε να μάθουμε μαζί πως να χαίρεστε την κάθε στιγμή με τον εαυτό σας, το σύντροφό σας, τα παιδιά σας!

ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΘΑΛΑΣΣΑ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Το Κέντρο Υποστήριξης Γονέων διοργανώνει ένα νέο πρωτοποριακό πρόγραμμα εκπαίδευσης παιδιών και γονέων, το οποίο βασίζεται σε συνδυασμό διακοπών και θεραπευτικού παιχνιδιού.

Καθώς χαλαρώνετε σ' ένα σπιτάκι στην εξοχή σε κοντινή απόσταση από τη θάλασσα και το παιδί σας περνάει υπέροχα στον κήπο στη θάλασσα και στο δωμάτιο παιχνιδιού, μαθαίνετε να παίζετε θεραπευτικά με το παιδί σας, πετυχαίνοντας ήδη κάποιους στόχους μέσα σε μια εβδομάδα.

*Περιοχή Νέων επιβατών Θεσσαλονίκης.
Δηλώστε το ενδιαφέρον σας από τώρα, για να προλάβετε!*

**ΟΙ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ
ΠΡΟΦΥΛΑΣΣΟΝΤΑΙ...**

ΑΓΑΠΟΥΝ ΒΑΘΙΑ...

ΣΚΕΦΤΟΝΤΑΙ ΣΕ ΒΑΘΟΣ ΤΗΝ ΖΩΗ...

**ΟΙ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΕΙΝΑΙ ΠΙΣΤΟΙ,
ΥΠΟΜΟΝΕΤΙΚΟΙ ΚΑΙ ΑΛΗΘΙΝΟΙ...**

**ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ ΤΑ ΑΠΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΓΙΑ ΕΚΕΙΝΟΥΣ
ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΠΙΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ...**

ΟΜΩΣ ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΑΛΛΑΞΟΥΝ ...

ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ ΠΙΟ ΣΚΛΗΡΟΙ...

**Η ΑΓΝΟΤΗΤΑ ΤΟΥΣ ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΕΙ ΤΟ ΠΟΙΟΙ
ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΕΙΝΑΙ...**