

Περί Αυτισμού

ΚΕΝΤΡΟ
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ
ΓΟΝΕΩΝ

Συνεργασίες εθελοντών
Εντυπώσεις εκπαιδευόμενων
Η Μαρίκε σας απαντά
Η πρόοδος των παιδιών μας
Προγράμματα του Κέντρου
Και άλλα πολλά...

ΤΕΥΧΟΣ 63

ΠΕΡΙ ΑΥΤΙΣΜΟΥ

Τεύχος: 63

Ιανουάριος - Φεβρουάριος 2016

Ιδιοκτήτης:

Στέεμαν - Κοκκαλίδου Μαρέικε

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο:

ypostirixigoneon@gmail.com

Εκδότης:

Στέεμαν - Κοκκαλίδου 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

Δίαιτα και αυτισμός	2
Έχετε απορίες;	4
Παραμύθι σε συνέχειες	8
Εγκέφαλοι ατόμων με αυτισμό	10
Όταν το παιχνίδι και η μουσική ερωτεύτηκαν τον αυτισμό ..	12
Συνταγή	14
Έξι τρόποι για να βελτιώσεις τη διαίσθησή σου	15
Πρόσφατες επιτυχίες	18
Απεικονίσεις μιας μητέρας αυτιστικού παιδιού	20
Σκέψεις και συναισθήματα εκπαιδευόμενων	23
Σπασμένα γυαλιά	25
Προγράμματα του Κέντρου Υποστήριξης Γονέων	28

Δίαιτα και αυτισμός

**Από την
Μαρέικε Στέεμαν-
Κοκκαλίδου**

Είναι πλέον γνωστό και θεωρείται ως δεδομένο ότι τα αυτιστικά παιδιά μπαίνουν σε μια θετική τροχιά εξέλιξης, από τη στιγμή που κόβεται η καζεΐνη και η γλουτένη από το διαιτολόγιό τους.

Η καζεΐνη βρίσκεται στα γαλακτερά, ενώ η γλουτένη στα δημητριακά. Αυτό έχει να κάνει με τη λειτουργία του εντέρου. Σε πολλές περιπτώσεις αυτιστικών παιδιών η ανατομία του εντέρου είναι διαφορετική από αυτή ενός νευροτυπικού παιδιού.

Το έντερο σε ένα παιδί με αυτισμό έχει μεγαλύτερους πόρους από ό,τι θα έπρεπε και γι' αυτό επιτρέπει σε ουσίες να περνάνε στον οργανισμό, που θα έπρεπε να αποβληθούν. Αυτές οι ουσίες επιδρούν σαν μορφίνη στον εγκέφαλο του παιδιού και προκαλούν ανεπιθύμητες - 'αυτιστικές' συμπεριφορές. Το παιδί ζητάει επίμονα ορισμένες τροφές (μπισκότα, ψωμί, γάλα, πχ.), επειδή έχει εθιστεί σ' αυτές.

Πολλές φορές αυτό δεν ανακαλύπτεται με ιατρικές εξετάσεις, γιατί είναι σύνηθες οι γιατροί να μην παραπέμπουν τους γονείς να κάνουν τη συγκεκριμένη εξέταση. Αυτό συμβαίνει γιατί η πλειονότητα των γιατρών θεωρούν ότι θα είναι δύσκολο για το παιδί να ακολουθήσει μία εξατομικευμένη δίαιτα και γι' αυτό δεν αναφέρουν καθόλου τη δυνατότητα αλλαγής της διατροφής. Νομίζω, όμως, ότι η επιλογή αυτή πρέπει να δίνεται στους γονείς, γιατί αποτελεί εξολοκλήρου δική τους απόφαση ζωής και εξέλιξης του παιδιού τους

Συμβουλεύουμε τους γονείς να αλλάξουν τη διατροφή του παιδιού τους δοκιμαστικά για τρεις μήνες. Εάν υπάρξει ουσιαστική αλλαγή στην εξέλιξη του παιδιού, θα το συνεχίσουν. Αλλιώς μπορούν να τη σταματήσουν. Χρειάζεται αυτό το χρονικό διάστημα, για να αλλάξει ο μεταβολισμός του παιδιού. Η διαφορά είναι πιθανό να μην φανεί άμεσα! Ωστόσο είναι απαραίτητο η προσπάθεια

αυτή να γίνει ολοκληρωτικά. Δεν θα έχει αποτέλεσμα αν απλά μειώνουμε το ψωμί ή το γάλα. Πρέπει να εξαφανιστούν εντελώς από το καθημερινό διαιτολόγιο!

Σε καμιά περίπτωση το παιδί δεν θα χάσει θρεπτικές ουσίες. Μόνο καλό θα του κάνει.

Αυτό που περιμένουμε να δούμε είναι το παιδί να βρίσκεται σε διαρκή εγρήγορση, η βλεμματική επαφή του να βελτιωθεί και οι στερεοτυπίες του, δηλ. οι 'αυτιστικές' κινήσεις να περιοριστούν ή ακόμα και να εξαλειφθούν τελείως.

Είναι σημαντικό να συνειδητοποιήσουμε ότι το γάλα μάς βλάπτει γενικότερα. Είναι παραμύθι ότι χρειαζόμαστε το ασβέστιο. Το γάλα προορίζεται για το μοσχαράκι, και αυτό είναι το λογικό. Το παιδί θα πάρει αυτό που χρειάζεται και από άλλες πηγές, πχ. το αμυγδαλόγαλο, το οποίο είναι ό,τι πιο κοντινό σε θρεπτική αξία με το μητρικό γάλα.

Η διατροφή παίζει ουσιαστικό ρόλο στην ανάπτυξη του κάθε παιδιού. Είμαι σίγουρη ότι όλοι οι γονείς θα εφάρμοζαν τη συγκεκριμένη δίαιτα, αν ένας γιατρός τη συμβούλευε εξαιτίας κάποιας ασθένειας.

Εδώ το θέμα είναι ο αυτισμός και στη συγκεκριμένη περίπτωση, όπως επίσης και στα σύνδρομα και τις διάφορες αναπτυξιακές διαταραχές, είναι απαραίτητο να αφαιρέσουμε τη γλουτένη και την καζεΐνη. Και όμως πολλοί γονείς δεν το κάνουν....



ΕΧΕΤΕ ΑΠΟΡΙΕΣ..; Η ΜΑΡΕΪΚΕ ΑΠΑΝΤΑΕΙ ΣΕ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΑΣ

Ερώτηση

Βλέπω ότι ο Σταυρός παίζει για εβδομάδες επί τρεις ώρες με φούσκες. Είναι σωστό αυτό; Δεν θα έπρεπε να παίζει και με κάτι άλλο; Μήπως είναι καλύτερα να μην του επιτρέψετε να παίζει με τις φούσκες την άλλη φορά. Έτσι αναγκαστικά θα κάνει κάτι άλλο.

Απάντηση

Ο Σταύρος βρίσκει μεγάλη χαρά παίζοντας με τις φούσκες. Αυτό το θέλει όντως να το κάνει όλη την ώρα. Είναι όμως σίγουρο, πως κάποια στιγμή θα παίξουμε κάτι άλλο.

Δεν πειράζει καθόλου όταν ένα παιδί παίζει το ίδιο παιχνίδι για πολλή ώρα. Μην ανησυχείτε! Το πιο σημαντικό είναι το παιδί να βρει ενθουσιασμό και χαρά με μια ασχολία, παρά να θέλουμε να το οδηγήσουμε σε κάτι που εμείς θεωρούμε 'πιο ωφέλιμο'. Θέλω να αναφερθώ σε μερικά θέματα επάνω σ' αυτό.

♥ Όταν προτείνω μια άλλη δραστηριότητα στον Σταύρο, το οποίο το κάνω που και που, εκείνος αρνείται κατηγορηματικά. Αφού ο πρώτος σκοπός μας είναι η κοινωνικότητα, και μαζί με αυτό σ' αυτή τη φάση του Σταυρού η σιγουριά ότι εκείνος έχει τον έλεγχο, πρέπει να αποδεχτώ την επιλογή του! Μ' ενδιαφέρει πρώτα από όλα εκείνος να επιλέξει ένα παιχνίδι και να ξέρει ότι δεν θα κάνουμε τίποτα που δεν

θέλει!

♥ Από τη στιγμή που εγώ κρατάω το σαπούνι για τις φούσκες, μου δίνει άφθονες ευκαιρίες να εξασκηθεί σε ο,τι θέλω εγώ. Πάντα εμείς κρατάμε το ατού, για να αναγκαστεί το παιδί να μας πλησιάσει και να ζητήσει αυτό που θέλει! Αλλά και να το κρατούσε εκείνος, πάλι ο ενθουσιασμός του για τις φούσκες μας έδινε την ευκαιρία να μοιραστούμε τη χαρά μαζί του, με σκοπό να βιώνει κοινωνικότητα από μας.

Ο Σταύρος μαθαίνει και πολλά άλλα πράγματα, εκτός από τη κοινωνικότητα, παίζοντας με τις φούσκες τόσες ώρες.

1. Κάθε φούσκα 'κοστίζει' ένα βλέμμα. Μαθαίνει ότι πρέπει να με κοιτάει όταν θέλει κάτι από μένα.

2. Μαθαίνει να περιμένει. Μετράω 'με το ένα, με το δύο, με το τρία', για να αυξήσω την ευχάριστη αγωνία του και να περιμένει έστω αυτό το λίγο για να γίνει αυτό που θέλει. Στην περίπτωση του Σταυρού (και του κάθε αυτιστικού παιδιού) είναι μεγάλη υπόθεση αυτό!

3. Ο Σταυρός έχει την ευκαιρία να βιώσει πολλή αξία από μένα. Του δίνω αξία παίζοντας το παιχνίδι όπως το χαίρεται εκείνος. Του αρέσει να λέει αριθμούς και τον ρωτάει λοιπόν, πόσες φούσκες θέλει να κάνω κάθε φορά. Διάλογος! Του ρωτάω και μου απαντάει. Δεν έχει σημασία που δεν πρόκειται να κάνω όσος φούσκες ζητάει αφού οι αριθμοί είναι πολλές φορές επάνω από το 100!

♥ Οπότε είναι πάρα πολύ χρήσιμο να παίζουμε το ίδιο παιχνίδι επί ώρες με ένα παιδί, γιατί το όφελος είναι μεγάλο. Δεν είναι η δραστηριότητα που μας ενδιαφέρει, αλλά όλα τα άλλα που το συνοδεύουν. Αυτά είναι πολύ ανώτερα από οποιαδήποτε άλλη ασχολία.

Ερώτηση

Είμαι η Αγγελική Βέργου από Φλώρινα -είχα έρθει τον Μάιο για εκπαίδευση για τον Αλέξανδρο.

Σας στέλνω γιατί θα ήθελα να εκφράσω κάποιες απορίες δικές μου αλλά και εκ μέρους των γονέων.

Ο Αλέξανδρος μέχρι τον Ιούλιο ανταποκρινόταν αρκετά καλά στο "Κάλεσμά", μέχρι που στα τέλη Ιουλίου, καταλάβαινα ότι μάλλον είχε

κουραστεί γιατί άρχισε να αντιδρά τσιρίζοντας και φωνάζοντας καθ' όλη τη διάρκεια του παιχνιδιού και γι' αυτό σταματήσαμε για ένα διάστημα μέχρι να χαλαρώσει και ο ίδιος. Ξεκινώντας με την καινούρια σχολική χρονιά έδειξε να είναι ιδιαίτερα ενθουσιώδης, έμπαινα στο σπíti και πριν προλάβω να ανταλλάξω κουβέντα με την μητέρα του με τραβούσε ο ίδιος στο δωμάτιο του και έκλεινε την πόρτα.

Πριν από περίπου 20 μέρες άρχισε να δείχνει ιδιαίτερα ανήσυχος και με υπερβολική υπερένταση. Σταμάτησε να ενδιαφέρεται για το παιχνίδι και την μεταξύ μας αλληλεπίδραση και άρχισε να απομονώνεται, χωρίς όμως να τον ενοχλεί η παρουσία μου, τουλάχιστον στην αρχή. Από εκεί που όταν ήθελε κάτι έλεγε έστω ένα "ναι" σταμάτησε να το παράγει και αυτό και βγάζει άναρθρες φωνές του τύπου "Μμμ" όταν απλά θέλει να δηλώσει κατάφαση. Αν ζητήσω έστω και με το παραμικρό τρόπο να παράγει το "ναι" για να συνεχίσει το παιχνίδι, θυμώνει και τελευταία άρχισε να με χτυπάει, τσιμπάει, δαγκώνει- συμπτώματα τα οποία δεν τα είχε εμφανίσει ποτέ ως τώρα.

Έχει παρατηρήσει και η μητέρα του αλλαγή στη συμπεριφορά του και θεωρεί ότι κάτι πηγάζει από το σχολείο, δυστυχώς όμως, όταν μίλησε με τις δασκάλες δεν έβγαλε άκρη. Τελευταία, είχα την ιδέα -κυρίως λόγω δυσκολιών στην μετακίνηση και την εύρεση σταθερής ώρας- να κάνουμε το παιχνίδι στο σπíti μου και συγκεκριμένα στο δωμάτιο μου (έχω αναδιαμορφώσει το χώρο). Θεώρησα ότι ίσως κάνει καλό και στον ίδιο η αλλαγή περιβάλλοντος.

Οι συνεδρίες μέχρι στιγμής ήταν 3-4 φορές την εβδομάδα από 1 ώρα.

Έχετε μήπως να μου προτείνετε κάτι σχετικά με αυτή την απότομη αλλαγή στη συμπεριφορά του;

Με εκτίμηση,
ΑΒ

Απάντηση

Γεια σου Αγγελική,

Πώς είναι ο Αλέξανδρος στην αλλαγή χώρου; Είναι πιο δεκτικός τώρα; Είναι φυσικό να δείξει μια άλλη συμπεριφορά εκεί και να πρέπει να χτίζεις τη σχέση σας από την αρχή και το ρεπερτόριο παιχνιδιού.

Όσον αφορά την άρνησή του: Η συμπεριφορά του με θυμίζει παιδί που πιέζεται. Αναρωτιέμαι πόσο τον δίνεις τον έλεγχο στο παιχνίδι και πόσο τον αποδέχεσαι άνευ όρων. Ακόμα και η αρνητική συμπεριφορά του την δεχόμαστε άνευ όρων. Φυσικά θα προσπαθήσεις να αποφύγεις κλοτσιές και δαγκώματα, αλλά χωρίς να πεις μην και όχι.

Πολλές φορές τα παιδιά έχουν μια αντίδραση ακόμα και μετά από λίγους μήνες, αλλά την δεχόμαστε και αυτή και το παιδί δεν θα εισπράξει καμία δυσαρέσκεια από μας. Μετά από αυτό, όταν πλέον συνήθισε την διαδικασία και χαίρεται πιο πολύ την παρουσία μας, τότε μπορούμε να

χτίσουμε (όπως λέω στους γονείς). Μπορεί να κρατήσει μήνες αυτό. Μην ξεχάσεις ότι έχεις να κάνεις με παιδί με πολύ εγωκεντρισμό, και μάλιστα παιδί που έμαθε ότι η γκρίνια του και η έντονη άρνησή του, τον έφερνε αποτέλεσμα.

Δεν χρειάζεται να στεναχωριέστε για τίποτα. Η αποδοχή ΟΛΩΝ των συμπεριφορών του είναι το κλειδί. Να είσαι μαζί του ο, τι και να κάνει, χωρίς να τον πιέζεις. Αν έχει ανάγκη να κλαίει, οκ. Αν έχει ανάγκη να τσιρίξει, οκ. Δεν θα βγει από το δωμάτιο βέβαια, γιατί πώς να νιώθει την απόλυτη μας αποδοχή αλλιώς;

Στείλτε με κανένα βίντεο με το πώς παίζετε.

Να ξέρεις πως το παιδί αποκλείεται να κουράζεται, αν παίζεις σωστά. Αν είναι κουρασμένος και ξαπλώσει, ξαπλώνεις και εσύ. Κανονικά το δωμάτιο πρέπει να είναι όαση για το παιδί. Μπορεί να κουράζεται αν προσπαθείς να επιβάλεις κάτι. Όχι αν ξέρει ότι εσύ είσαι πάντα στην διάθεσή του και τον ακολουθείς.

Πες την μητέρα ναβάλουν skype επιτέλους για να μιλήσουμε. Και εσύ φυσικά το ίδιο.

Δώσε της χαιρετίσματα.

Ελπίζω ότι σε φώτισα αρκετά. Όταν υπάρχει αντίδραση στο παιδί, πρώτα κοιτάμε τη δική μας συμπεριφορά και την αλλάζουμε.

M. Κοκκαλίδου

Η νοημοσύνη και η δεξιότητα δεν φτάνουν

Μόνο όταν χαιρέσαι αυτό που κάνεις,

μπορείς να κάνεις σωστά τη δουλειά σου.

Dr Govindappa Venkataswamy

Παραμύθι, το κουκί και το ρεβύθι...

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

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

ΣΤΟ ΣΟΥΠΕΡΜΑΡΚΕΤ ΓΙΑ ΨΩΝΙΑ ΚΑΙ Η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΤΟΥ ΟΛΙΒΕΡ ΜΕ ΤΟ ΜΑΞ

Ο Κύριος Αντωνιάδης αποφάσισε να πάει στο Σούπερ Μάρκετ με τον Όλιβερ που έγινε καλά. Μόλις πήγαν εκεί ο κύριος Αντωνιάδης άφησε τον Όλιβερ δεμένο σ' ένα δέντρο και πήγε να κάνει τα ψώνια του. Ο Όλιβερ έστριψε τα μάτια του στο δρόμο. Χιλιάδες αυτοκίνητα διέσχιζαν το δρόμο με ιλιγγιώδη ταχύτητα.

Μέσα στο σούπερ μάρκετ ο κύριος Αντωνιάδης ψώνιζε φαγητό για τον Όλιβερ και τον Ρούντι ενώ παράλληλα μιλούσε στο κινητό. Ο Όλιβερ συναντάει έναν παλιό του φίλο τον Μαξ.

- ❖ Γεια σου ρε Μαξ. Χάθηκες ρε! Του λέει.
- ❖ Καλώς τον Όλιβερ τι κάνεις βγε παλιόφιλε;
- ❖ Εγώ είμαι μια χαρά. Και ξέρεις κάτι; Έχω αφεντικό!!!
- ❖ ΑΛΗΘΕΙΑ;;; Πώς έγινε αυτό;
- ❖ Λοιπόν ήμουν στο Petshop όταν το αφεντικό μου ο κύριος Αντωνιάδης ήρθε για να αγοράσει ένα σκύλο.
- ❖ Ναι. Μετά;
- ❖ Μη με διακόπτεις αν θες να ακούσεις. Που λες βλέπει εμένα και τον Ρούντι το φίλο μου που κάναμε την πρωινή μας γυμναστική, Λέει στον προϊστάμενο : «Πόσο κοστίζει ο ασπρόμαυρος και πόσο ο καφέ; Ο Προϊστάμενος απάντησε ότι εγώ κόστιζα 100 λίρες και ο Ρούντι 90.
- ❖ Όχου! Μην κολλάμε σ' αυτό παγακάτω!
- ❖ Λοιπόν δε θα σου το πω ξανά. ΜΗ-ΜΕ-ΔΙ-Α-ΚΟ-ΠΤΕΙΣ!!! Συνεννοηθήκαμε;
- ❖ Εντάξει μωρέ!
- ❖ Συνεχίζω λοιπόν. Ο Κύριος Αντωνιάδης μας αγοράζει και τους δύο και μας πάει σπίτι του και με τον Ρούντι βρήκαμε μια μέρα 1.000.000.000.000 λίρες μέσα σ' ένα μπαούλο στην αποθήκη του κυρίου Αντωνιάδη. Την άλλη μέρα πήγαμε εκδρομή στο όρος Κυλλήνη στην Πελοπόννησο που βρίσκεται στην Ελλάδα με την Πολίνα. Δυστυχώς την επόμενη εγώ αρρώστησα και ο φίλος μου Ρούντι έκατσε δίπλα μου όλη μέρα.
- ❖ Ουαου! Έκανε με θαυμασμό ο Μαξ.

- ❖ Άντε τώρα πήγαινε. Θα τα ξαναπούμε ε; Μη χαθούμε!
- ❖ Ναι βεβαίως και θα τα ξαναπούμε Όλιβερ, λέει ο Μαξ.

Εκείνη τη στιγμή ο κύριος Αντωνιάδης βγήκε από το σούπερ μάρκετ και γύρισαν σπίτι. Ο Όλιβερ διηγήθηκε στο Ρούντι την συνάντησή του με τον Μαξ και θυμήθηκαν ότι αύριο είναι παραμονή Χριστουγέννων.

Στο επόμενο η συνέχεια...

**ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ ΓΙΑΤΙ Ο ΣΚΥΛΟΣ ΣΟΥ
ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΣ ΑΠΟ ΣΕΝΑ;**



Ενεργοί και δυναμικοί εγκέφαλοι ατόμων με αυτισμό

Στα τέλη της προηγούμενης χρονιάς, ερευνητές ιστών στο Πανεπιστήμιο της Νέας Υόρκης (NYU) έφεραν στο φως μελέτη με την οποία απέδειξαν την ύπαρξη αγγειογένεσης στους εγκεφάλους ατόμων με αυτισμό. Αγγειογένεση είναι η δημιουργία νέων αιμοφόρων αγγείων στον εγκέφαλο η οποία φυσιολογικά σταματάει γύρω στην ηλικία των 2 ετών. Με την έρευνά τους σε μεταθανάτιο εγκεφαλικό ιστό, οι ερευνητές κατάφεραν να βρουν αποδείξεις ότι στα άτομα που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού (ASD), η ανάπτυξη των αιμοφόρων αγγείων στον εγκέφαλο είναι σε συνεχή ροή και μεταβάλλεται καθ' όλη την διάρκεια της ζωής τους. Ο Dr. Ephraim Azmitia, ο υπεύθυνος της έρευνας η οποία μπόρεσε να ολοκληρωθεί χάρη στο Autism BrainNet, εξηγεί την έρευνά του εδώ:

Ερ: Dr Azmitia, σας παρακαλώ εξηγήστε τα ευρήματά σας.

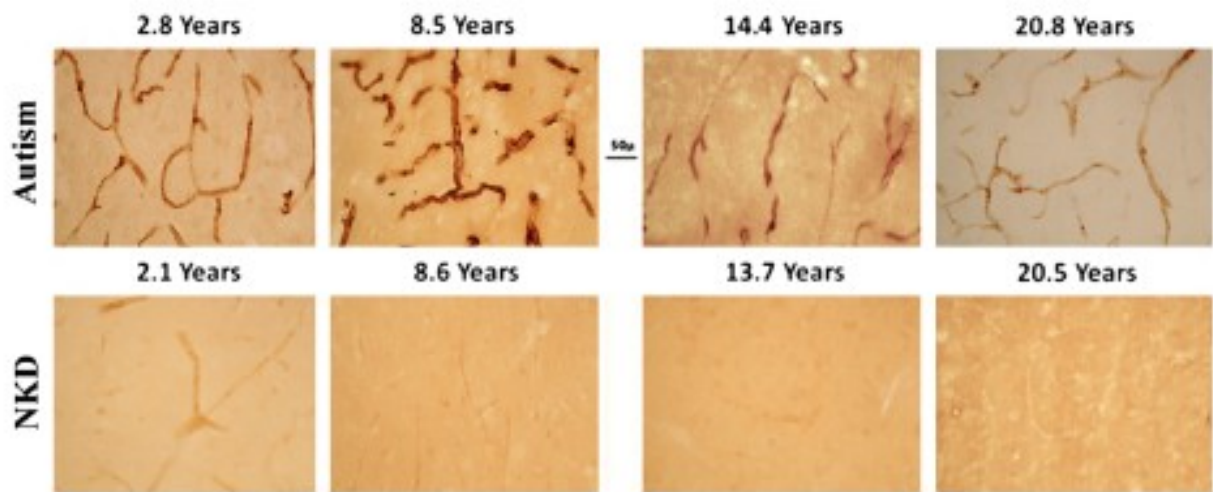
Απ: Το 2014 πρωτοανακαλύψαμε ότι τα αιμοφόρα αγγεία του εγκεφάλου των ατόμων με ASD, αλλά όχι των μη διαγνωσμένων με ASD, έδειχναν συνεχή αγγειογένεση. Επικεντρωθήκαμε σε αυτήν την παρατήρηση και έχουμε δημοσιεύσει μια ολοκληρωμένη έρευνα στο Journal of Autism and Development Disorders (Εφημερίδα για τον Αυτισμό και τις Αναπτυξιακές Διαταραχές) με τον τίτλο Συνεχής Αγγειογένεση στον Αυτιστικό Εγκέφαλο (Persistent Angiogenesis in the Autism Brain). Βρήκαμε ότι η αγγειογένεση χωρίς εκβλάστηση ή αλλιώς μικροαγγειακή ανάπτυξη με εγκολεασμό (και όχι η αγγειογένεση με εκβλάστηση) είναι ενεργή σε κάθε περιοχή του εγκεφάλου των ατόμων με ASD από έρευνα που κάναμε σε εγκεφάλους δωρητών· ερευνήσαμε τον εγκεφαλικό φλοιό από ακουστικές περιοχές και περιοχές αναγνώρισης προσώπων, περιοχές του φλοιού που ευθύνονται για την χρονική συσχέτιση, τον μεσεγκέφαλο και την παρεγκεφαλίδα. Η αγγειογένεση ήταν εμφανής ακόμα και σε εγκεφάλους δωρητών άνω των 28 ετών ενώ ήταν μόλις εμφανής σε πολύ νεαρούς εγκεφάλους (μικρότεροι των 2 ετών) σε τυπικά ανεπτυγμένους δωρητές.

Ερ: Γιατί αυτή η ανακάλυψη είναι σημαντική;

Απ: Πρώτα απ' όλα, τα ευρήματά μας έδειξαν ότι ο αυτισμός επηρεάζει ολόκληρο τον εγκέφαλο και όχι μόνο μια συγκεκριμένη περιοχή. Μέχρι τώρα έχουν τεθεί υπό έρευνα μόνο συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου εξαιτίας συμπεριφοριστικών μελετών. Τώρα όμως γίνεται φανερό ότι πρέπει να λάβουμε υπ' όψη μας ολόκληρο τον εγκέφαλο.

Δεύτερον, φαίνεται πως τα εγκεφαλικά αιμοφόρα αγγεία παίζουν κάποιο ρόλο στον αυτισμό. Η αγγειογένεση χωρίς εκβλάστηση συμβαίνει όταν τα αιμοφόρα αγγεία αναδιοργανώνονται συνήθως για να τροφοδοτήσουν με περισσότερο οξυγόνο και θρεπτικά συστατικά ενεργούς νευρώνες και τα νευρογλοιακά κύτταρα. Αυτό μας δείχνει ότι υπάρχει η πιθανότητα τα εγκεφαλικά κύτταρα των ατόμων με αυτισμό να είναι πιο ενεργά και δυναμικά από ότι στα

άτομα χωρίς αυτισμό. Είναι πιθανό η αγγειογένεση χωρίς εκβλάστηση να τροφοδοτεί τα κύτταρα με πλούσια ποσότητα αίματος και έτσι τα κύτταρα να διατηρούν την υψηλή διαδραστική τους κατάσταση, και να αποτυγχάνουν στον σχηματισμό πιο σταθερών συνδέσμων οι οποίοι είναι απαραίτητοι για τις ώριμες πολυσύνθετες λειτουργίες όπως είναι η γλώσσα και η κοινωνική συμπεριφορά.



Ο δείκτης αγγειογένεσης είναι ανεβασμένος στους εγκεφάλους των ατόμων με αυτισμό, αλλά όχι μετά την ηλικία των 2 ετών σε άτομα χωρίς διάγνωση για ASD.

Ερ: Αυτά τα συμπεράσματα θα οδηγήσουν σε καινούργιες επεμβατικές μεθόδους;

Απ: Οι θεραπείες και τα φάρμακα που είναι ευρέως διαθέσιμα ελέγχουν την διαίρεση των αγγειακών κυττάρων, όπως γίνεται στην περίπτωση ανάπτυξης όγκων. Δυστυχώς, τα περισσότερα από αυτά τα φάρμακα στοχεύουν στην αγγειογένεση με εκβλάστηση, η οποία είναι η μορφή της αγγειακής ανάπτυξης που παρατηρείται στον σχηματισμό όγκων. Περαιτέρω έρευνα για την ρύθμιση της λειτουργίας της αγγειογένεσης χωρίς εκβλάστηση είναι απαραίτητη και μετά πρέπει να μελετηθεί αν κάτι τέτοιο μπορεί να απαλύνει τα συμπτώματα.

Ερ: Πως μπορεί ο καθένας να συνεισφέρει σε αυτού του είδους την έρευνα;

Απ: Η πραγματοποίηση αυτού του είδους της επιστημονικής έρευνας δεν θα ήταν δυνατή εάν δεν είχαμε στην διάθεσή μας εγκεφάλους ατόμων που πάσχουν από αυτισμό. Για να εγγραφείτε, πηγαίνετε στο www.takesbrains.org

Πηγή:

<https://autismsciencefoundation.wordpress.com/2016/02/10/active-and-dynamic-brains-of-people-with-autism/>

Όταν το Παιχνίδι και η Μουσική ερωτεύτηκαν τον Αυτισμό...



Είμαι ψυχολόγος και παράλληλα μουσικός στη Θεσσαλονίκη. Γνώρισα τον αυτισμό μέσα από τον εθελοντισμό στο Κέντρο Αυτισμού και Υποστήριξης Γονέων.

Στο χώρο αυτό γνώρισα και έμαθα πως είναι να γεννάται από το μηδέν μια αληθινή σχέση, ανάμεσα στο παιδί και

τον γονιό του. Μέσα από το θεραπευτικό παιχνίδι Sonrise έμαθα πως ο μόνος τρόπος για να κερδίσεις το αληθινό ενδιαφέρον του μικρού σου παιδιού είναι να είσαι πραγματικά παρών και να αγαπάς κάθε συνήθεια του, ακόμη και αν αυτή αποτελεί μέρος της στερεοτυπικής του συνήθειας. Η επικοινωνία μέσα από το παιχνίδι μου με τα παιδιά παρατηρούσα πως ερχόταν φυσικά, με μόνα όπλα μου το γέλιο, τις φωνές, τα παιχνίδια και το ειλικρινές ενδιαφέρον μου για τη διαδικασία.

Παράλληλα με το θεραπευτικό παιχνίδι είχα την ευκαιρία να μοιραστώ την αγάπη μου για την μουσική με ένα ξεχωριστό τρόπο, μαθαίνοντας στη Χαρούλα πιάνο. Ήταν για μένα μια εξαιρετική εμπειρία για να ανακαλύψω πως ο Αυτισμός κρύβει παιδιά με εξαιρετικά ταλέντα και μοναδικές ικανότητες!

Η Χαρούλα ήταν ένα παιδί με έντονη μουσικότητα, αφού μέσα στην οικογένεια της η κλασική παιδεία και το πιάνο δεν έλειπαν, χάριν της μητέρας της. Συνδυάσαμε την εκμάθηση πιάνου με το παιχνίδι για να γίνεται πιο ξεκούραστο και ευχάριστο. Η Χαρούλα έκανε μεγάλα βήματα σε μικρό χρονικό διάστημα και επικοινωνούσαμε άψογα σε σχέση με τις απαιτήσεις των μουσικών έργων και το μάθημα μας. Δυο χρόνια μετά, κάνει συστηματικά πιάνο και φαίνεται να εκφράζει συναισθήματα μέσα από αυτό. Έχει μέσα της τον ρυθμό, και έχει την ικανότητα να ανακαλύπτει τα λάθη της λειτουργώντας ενστικτωδώς χρησιμοποιώντας το πολύ καλό αυτί της!

Όσο περισσότερο εξοικειωνόταν με τις νότες και την μουσική γραφή,

προσπαθούσε δειλά-δειλά να παίξει μια δική της μικρή μουσική μελωδία. Παρατηρώντας αυτή την προσπάθεια, αποφάσισα να γράψω τη μελωδία της και να την παροτρύνω να συνεχίσει. Ίσως είναι ένας θαυμάσιος τρόπος να επικοινωνήσει τα συναισθήματα και τις σκέψεις της κατά τη διάρκεια της εφηβείας της!

Η χαρά του να προσφέρεις σε ένα παιδί είναι μεγάλη.. μα η χαρά του να μοιράζεσαι μαζί του αληθινά συναισθήματα και στιγμές, είναι ανεκτίμητη. Έτσι κάνεις δώρο ένα μικρό κομμάτι της καρδιάς σου.

Ολυμπία Παμπουκίδου Ψυχολόγος,
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης
Δασκάλα Πιάνου, Κρατικό Ωδείο Θεσσαλονίκης

olympiapampoukidou@gmail.com

ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ ΚΑΝΕΙΣ ΜΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗ



ΚΑΙ ΕΠΕΙΔΗ ΟΛΑ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ...



Σπανακόπιτα με κουρκούτι χωρίς φύλλο

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά της γέμισης εκτός της φέτας σε ένα μπολ.

- Ανακατεύουμε τα υλικά για το κουρκούτι εκτός τα 100γρ. νερού σε ένα άλλο μπολ..
- Αλείφουμε το ταψί με τη μαργαρίνη.
- Ρίχνουμε μέσα στο ταψί το μισό κουρκούτι και γυρνάμε το ταψί ώστε να απλωθεί σε όλο τον πάτο του....
- Βάζουμε από πάνω τα μισά υλικά της γέμισης.
- Μετά τρίβουμε με το χέρι μας τη φέτα από πάνω... (αν θέλουμε παραπάνω ή και λιγότερη φέτα μπορούμε...) επίσης αν δεν βάλουμε καθόλου φέτα γίνετε και νηστίσιμη.
- Προσθέτουμε την υπόλοιπη γέμιση.
- Στο μισό κουρκούτι που έχει μείνει στο μπολ προσθέτουμε τα 100γρ. νερό και το ρίχνουμε από πάνω... (στο μπολ που είχαμε τη γέμιση συνήθως μένουν στο τέλος υγρά... μπορούμε αν θέλουμε να τα βάλουμε στο κουρκούτι μας και να συμπληρώσουμε με νερό ώστε να έχουμε τα 100γρ.). Τέλος ραντίζουμε από πάνω με λίγο λαδάκι και ψήνουμε σε αντιστάσεις στους 250βαθμούς για 40 λεπτά περίπου..
- Μπορούμε να τη σερβίρουμε με γιαούρτι σκέτο ή να προσθέσουμε μέσα λίγο ξύσμα και χυμό λεμονιού και λίγο ψιλοκομμένο φρέσκο δυόσμο.... ή άλλο μυρωδικό που έχει μέσα η πίτα μας!

Οι 6 πιο αποτελεσματικοί τρόποι να βελτιώσεις την διαίσθησή σου

Από:

<http://www.enlightened-consciousness.com/the-6-most-effective-ways-to-sharpen-your-intuition/>

Μετάφραση: Ειρήνη Ιωαννίδου

Η διαίσθηση είναι μια ικανότητα με την οποία όλοι ας γεννιόμαστε αλλά εξασθενεί με το πέρασμα του χρόνου και τις πολυάσχολες μοντέρνες ζωές μας. Είναι η έκτη αίσθηση, το 'μέσα' σου, η 'εσωτερική σου φωνή', η οποία πάντα ξέρει ποια είναι η καλύτερη απόφαση για σένα σε κάθε περίπτωση.

Δυστυχώς πολύ λίγοι άνθρωποι γνωρίζουν πώς να την εκμεταλλευτούν στο έπακρο.

Έξι τρόποι να βελτιώσεις την διαίσθησή σου:

1. Χρησιμοποίησε την έμφυτη ενσυναίσθησή σου – Φαντάσου ότι βρίσκεσαι στην θέση του άλλου. Ακόμα καλύτερα βίωσε ότι βιώνει. Αν δουλεύεις σε ένα κέντρο εξυπηρέτησης και κάποιος παίρνει τηλέφωνο για να παραπονεθεί για την ταχύτητα του εκτυπωτή, μην κάθεται απλά στο γραφείο σου και κοιτάζεις στην οθόνη σου γραφήματα και τους αριθμούς. Σήκω από την καρέκλα σου και πήγαινε να δεις τι συμβαίνει. Πήγαινε να νιώσεις τον πόνο! Εμπλέξου στην κατάσταση με όλο σου το είναι· αυτό θα δυναμώσει την διαίσθησή σου. Οι σπουδαίοι στρατηγοί το γνωρίζουν αυτό. Βγες από το καταφύγιό σου και πήγαινε στην πρώτη γραμμή και δες, νιώσε, και πράξε. Βίωσε ότι βιώνουν οι άλλοι.

2. Επέτρεψε στον εαυτό σου να νιώσει τον φόβο και ξεπέρασέ τον – Δεν σου αρέσει να φοβάσαι, έτσι; Ούτε κι εμένα. Αλλά οι περισσότεροι από εμάς θα πρέπει να ζήσουμε με αυτόν και να βρούμε έναν τρόπο να τον κάνουμε φίλο μας και όχι εχθρό μας. Εκτός κι αν είσαι ο Σούπερμαν και έχει ξεπεράσει τον φόβο, θα πρέπει να βρεις έναν τρόπο να τον τιθασεύεις για καλό σκοπό. Ο φόβος μπλοκάρει την διαίσθηση και δυναμώνει όταν του αντιστεκόμαστε. Μην αντιστέκεσαι καθόλου. Μην προσπαθείς να

τον θάψεις. Επικεντρώσου σε αυτόν και ζήσε τον μέχρι το τέλος. Θα βγεις από την άλλη μεριά πιο δυνατός και με περισσότερη διαύγεια. Με το να επιτρέπεις στον εαυτό σου να νιώσει τον φόβο δυναμώνεις την διαίσθησή σου επειδή σε διδάσκει να ακούς προσεχτικά την εσωτερική σου φωνή και να τον δέχεσαι για αυτό που είναι αντί να τον πολεμάς.

3. Επικοινωνήσε με τους άλλους σε συναισθηματικό επίπεδο – Όταν επικοινωνείς με τους άλλους, πρόσωπο με πρόσωπο, στο τηλέφωνο, ή στο διαδίκτυο, προσπάθησε να διαβάσεις τα συναισθήματά τους. Ονομάτισε τα συναισθήματα τους. Πώς σου ακούγεται ο άλλος; Θυμωμένος; Ευτυχισμένος; Αισιόδοξος; Χαρούμενος; Στενοχωρημένος; Λυπημένος; Όσο περισσότερο συνδέσαι με τα συναισθήματα των άλλων, τόσο πιο βαθιά κατανοείς τις κοινωνικές καταστάσεις και τόσο πιο καλά λειτουργεί η διαίσθησή σου. Η διαίσθηση και οι αφηρημένες ιδέες προέρχονται από το ίδιο μέρος από όπου πηγάζουν τα συναισθήματα, οπότε όσο πιο καλός είσαι στο να διαβάζεις και να αναγνωρίζεις τα συναισθήματα των άλλων τόσο πιο ικανός θα είσαι να δημιουργείς και να επικοινωνείς μέσω της διαίσθησης. Η αναγνώριση και η ταυτοποίηση των συναισθημάτων μέσα σου και στους άλλους είναι μια καταπληκτική άσκηση.

4. Αποσιώπησε την εσωτερική κριτική – Όταν πιάνεις τον εαυτό σου να κριτικάρει κάποιον ή κάτι – ακόμα και τον εαυτό σου – αυτό δεν είναι διαίσθηση, είναι αρνητική ενέργεια η οποία μπλοκάρει την διαίσθησή σου. Όταν ακούς τον κριτή στο μυαλό σου να λέει ‘αυτός είναι χαζός’, ‘αυτή είναι άσχημη’, ‘είμαι χοντρός’ ή ‘Θα χάσω’, σταμάτα και σκέψου. Γιατί το είπα αυτό; Τι δεν δουλεύει καλά με μένα; Όταν ακούς τον εσωτερικό κριτή, αποσιώπησέ τον – όχι θάβοντάς τον, αυτό δεν θα έχει αποτέλεσμα, θα ξαναβγεί στην επιφάνεια κάπου αλλού – αλλά θέτοντας ένα θετικό ερώτημα στη συνείδησή σου. Όταν πιάνω τον εαυτό μου να σκέφτεται ‘Ποτέ δεν θα το καταφέρω αυτό’, συνειδητά αλλάζω την σκέψη μου σε ‘Πώς μπορώ να το κάνω αυτό;’ Εάν έχω υπομονή και ακούσω την εσωτερική μου φωνή, θα μου πει πως μπορώ να το κάνω. Όταν ο εσωτερικός μου κριτής λέει, ‘Ποτέ δεν θα γίνει αυτό’, ρωτάω τον εαυτό μου ‘Ποιο κομμάτι αυτής της ιδέας μπορεί να πραγματοποιηθεί;’ ή ‘Ποια θα ήταν μια καλύτερη ιδέα;’ Με το που

θα αρχίσεις να θέτεις θετικά ερωτήματα το υποσυνείδητό σου θα αρχίσει να σου δίνει λύσεις μέσα από την διαίσθησή σου.

5. Αναζήτησε την απομόνωση – Ο καλύτερος τρόπος είναι ο διαλογισμός. Βρες τουλάχιστον 30 λεπτά την ημέρα για να μείνεις μόνος με τις σκέψεις σου. Πάρε τον χρόνο σου και επικοινωνήσε με τις σκέψεις σου, τα συναισθήματά σου, τους οραματισμούς σου. Έχω ξοδέψει τον περισσότερο χρόνο μου μη γνωρίζοντας όλα εκείνα τα πράγματα που συνέβαιναν μέσα μου. Παίρνοντας τον χρόνο να ακούσεις τον εσωτερικό σου κόσμο, θα καταλάβεις τη μαγικό και απίστευτο πλάσμα είσαι. Αν μάθεις να ακούς τον εαυτό σου στην απομόνωση, θα εκπαιδεύσεις τον εαυτό σου να ακούει την εσωτερική φωνή σου ακόμα και όταν δεν θα είσαι μόνος και θα σε βοηθήσει να έχεις ισχυρές διαισθητικές ιδέες όταν τις χρειάζεσαι.

6. Κάνε ερωτήσεις – πολλές – Αυτό είναι που ονομάζω διαισθητική προπόνηση. Οι ερωτήσεις είναι ο καλύτερος τρόπος για να δημιουργήσεις ισχυρότερη διαίσθηση. Οι πιο ισχυρές δημιουργικές διαισθήσεις θα σου έρθουν μετά από πολλές ερωτήσεις και απαντήσεις. Συνάντησε ανθρώπους που διαθέτουν περιέργεια και συζήτησε μαζί τους για περίπλοκα θέματα – φιλοσοφικά, επιστημονικά, κοινωνιολογικά, ιατρικά ή λογοτεχνικά. Η μεγαλύτερη δύναμη προέρχεται όχι από τις απαντήσεις αλλά από τις ερωτήσεις, που σε κάνουν να σκεφτείς πράγματα που ποτέ πριν δεν είχες λάβει υπόψη σου, και σε κάνουν να έχεις ακόμα περισσότερες ερωτήσεις και απαντήσεις. Δεν υπάρχει καλύτερος τρόπος να ασκήσεις την διαίσθησή σου από μια χαρούμενη και αναζωογονητική συζήτηση.

ΠΡΟΣΦΑΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ

Έχουμε πολλές επιτυχίες αυτή τη φορά!! Μετά από τόσα χρόνια που ασχολούμαι με το θεραπευτικό παιχνίδι Κ.Α.Λ.Ε.Σ.Μ.Α. είμαι ακόμα βαθιά εντυπωσιασμένη για τα αποτελέσματα και είμαι πολύ ευγνώμον που μπορώ να προσφέρω αυτή την θετική προσέγγιση στα παιδιά!

Ο Ορέστης αρχίζει δειλά δειλά να μιλάει. Ακόμα δεν μιλάει αυθόρμητα, αλλά αυτό είναι θέμα χρόνου, αφού πήρε μπρος! Είναι όμως πρόθυμος και υπομονετικός να μας πει αυτό που θέλουμε να ακούσουμε μετά από παρότρυνσή μας. Λέει: φύγε, πάνω, πίσω, ποπ κορν, bake rolls, ναι, όχι, κι άλλο, πάλι.

Εκτός από αυτό, είναι πλέον όλη την ώρα μαζί μας με γέλιο και ενδιαφέρον. Είναι δεκτικός όταν του προσφέρουμε τη βοήθειά μας.

Ο Σταύρος ηρέμησε πολύ. Ξεκίνησε να κάνει απλές κατασκευές. Αυτό που με χαροποιεί ιδιαίτερα είναι ότι πλέον όλο λέει ΝΑΙ στις προτάσεις μου, ενώ πριν άκουγα μόνο ΟΧΙ. Ο,τι του προτείνω, κάνουμε, και μάλιστα μου ζητάει 'και άλλο ένα τέτοιο' μετά. Αυτό είναι ένα απίστευτα μεγάλο δώρο!

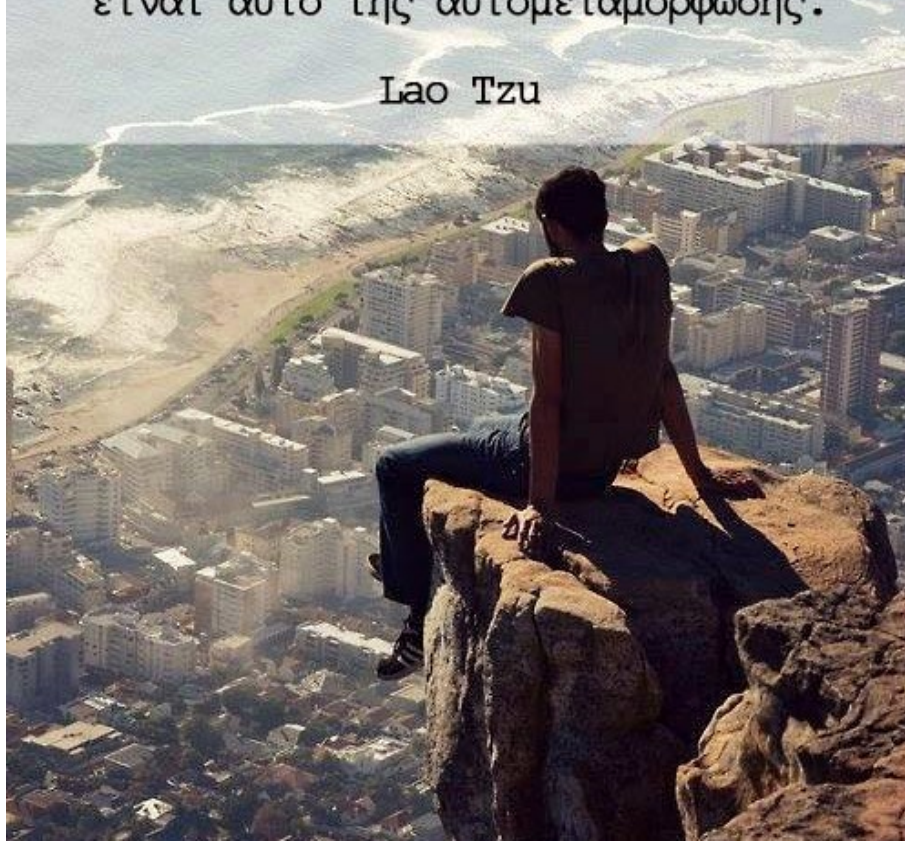
Με τον Γιώργο περνάμε υπέροχα. Τελευταία του αρέσει να γράφει στον πίνακα. Του λέμε τι να γράφει, γράμματα, αριθμούς και σχήματα, και μετά την εκτέλεσή του (άσχετα αν το πέτυχε καλά ή όχι) του κάνουμε ένα μεγάλο χειροκρότημα με το ταμπουρίνο!! Πόσο του αρέσει αυτό! Από τα σχήματα που ξέρει και μιμείται («και τώρα διάλεξε το σχήμα που μοιάζει....»), μεταφέρουμε το παιχνίδι σε άλλο επίπεδο και του ζητάμε να κάνει ένα σχήμα που μοιάζει με ... την πόρτα, ή ένα βιβλίο, ή μια πίτσα, ή τη παντόφλα μου. Προσπαθεί και κοιτάει το αντικείμενο που του ζητάμε!!

Η Κατερίνα μας ταΐζει όλη την ώρα και κουβεντιάζουμε συνέχεια. Τρώμε τάχα 'μπριζό', κρέμα και σουπίτσες. Επαναλαμβάνει ο,τι ακούει στο σπίτι και στο σχολείο, αλλά έχει πολύ χιούμορ. Όταν κάνω παραλλαγές σ' αυτό που λέει, γελάει πολύ.

Νομίζω πως οι εθελοντές θα συμφωνήσουν μαζί μου όταν λέω ότι είναι δώρο να παίζουμε με τα παιδιά. Πολλές φορές χρειάζεται ένα χρονικό διάστημα, αλλά κάποια στιγμή το παιχνίδι και η επαφή με το παιδί γίνονται τόσο πλούσια που μας γεμίζουν την καρδιά! Πόσο το εύχομαι για κάθε γονιό να μπορεί να απολαύσει το παιδί του με αυτόν τον τρόπο!

Αν θέλεις να ξυπνήσεις όλη την
ανθρωπότητα,
τότε ξύπνα όλο τον εαυτό σου,
αν θέλεις να εξαλείψεις όλη τη
δυστυχία του κόσμου,
τότε εξάλειψε όλα αυτά που είναι
μαύρα και αρνητικά μέσα σου.
Το μεγαλύτερο δώρο που μπορείς να
κάνεις στον κόσμο
είναι αυτό της αυτομεταμόρφωσης.

Lao Tzu



Απεικονίσεις μιας μητέρας αυτιστικού παιδιού: “Η μαμά πήγε να κάνει μπάνιο ένα μωρό”.

Η ανάρτηση παρακάτω είναι της Liza Smith, μητέρας επτά παιδιών, δύο με ειδικές ανάγκες. Ο γιος της Tate έχει αυτισμό. Η Liza γράφει στο μπλογκ για τις εμπειρίες της και μπορεί να βρεθεί στο Facebook στο “Quirks and Chaos” ή στο quirks-and-chaos.blogspot.com. Ακολουθεί μία συνέχεια στην τελευταία ανάρτηση της Liza του τελευταίου μήνα. Illustrations from an Autism Mom: There is No Ham in Hamburger.

Είμαι μητέρα εδώ και 27 χρόνια. Ήμουν 25 χρονών όταν έγινα μητέρα για πρώτη φορά. Όπως θα σου πει σχεδόν κάθε μαμά δε μπορείς να περιγράψεις την απίστευτη αγάπη που νιώθει μία μητέρα για το παιδί της. Δε μπορείς να ξέρεις πραγματικά αυτό το συναίσθημα μέχρι να γίνεις γονιός.

Σαν νέα μαμά ενός παιδιού που αναπτύσσεται κανονικά, και μετά δύο, και μετά τριών και μετά τεσσάρων... έφτασα να κάνω απίστευτα πράγματα με τα παιδιά μου. Απολάμβανα τον χρόνο μου μαζί τους πάρα πολύ. Όταν γεννήθηκε το έκτο μου παιδί δεν ήμουν τόσο νέα πια. Είχα παιδιά στο σπίτι, ηλικίας 13, 11, 8, 6 και 3. Είχα αποκτήσει αρκετή εμπειρία ώστε να ξέρω τι έκανα. Είχα μάθει σε πολλά παιδιά να περπατάνε, να μιλάνε, να χρησιμοποιούν το κουτάλι, να βουρτσίζουν τα δόντια τους, να ντύνονται και όλα τα υπόλοιπα πράγματα που οι μαμάδες μαθαίνουν στα παιδιά τους να κάνουν. Ήξερα καλά τι έκανα. Μόνο που αυτή τη φορά που δεν ήξερα.

Αυτή τη φορά το μωρό μου δεν μάθαινε τα πράγματα που προσπαθούσα να του μάθω. Αυτή τη φορά ήταν διαφορετικά. Και γύρω στην ηλικία των δυο μισή φαινόταν ότι ξεχνούσε τα πράγματα που είχε μάθει. Και τότε ήταν που κατάλαβα. Τότε ήταν που κατάλαβα ότι όντως κάτι δε πήγαινε καλά. Και άκουσα για πρώτη φορά την λέξη “αυτισμός”. Ο αυτισμός έχει στερήσει από τον γιο μου Tate πολλά πράγματα αλλά δεν μας στέρησε τα πάντα. Ο αυτισμός δεν μας στέρησε την αίσθηση του χιούμορ. Και παρά τον αυτισμό έχουμε μία πραγματικά καλή ζωή.

Ο Tate, και όχι ο αυτισμός, γιορτάζει κάθε μέρα. Ο Tate κάνει την καρδιά μου να χαμογελάει. Το κάνει με πολλούς τρόπους. Μερικές φορές ακόμα και οι εμμονές, οι αγώνες πάλης και οι παρεξηγήσεις είναι ένα αξιαγάπητο κομμάτι της ζωής μας. Ο Tate είναι διαφορετικός από τα αδέρφια του αλλά το διαφορετικό δεν είναι πάντα κακό ή λάθος. Το διαφορετικό είναι απλά διαφορετικό.

Προσπάθησα να απεικονίσω κάποιους από τους τρόπους που ο Tate σκέφτεται διαφορετικά.

Ο Tate καθώς καταλαβαίνει εντελώς κυριολεκτικά συχνά παλεύει να καταλάβει τον μεταφορικό λόγο. Λέξεις με περισσότερες από μία σημασίες συχνά του

προκαλούν σύγχυση. Εδώ είναι δύο από τα πράγματα που έπρεπε να προσπαθήσω και να συμφιλιωθώ για τον Tate πρόσφατα.

Παιδικό πάρτυ (*shower=παιδικό πάρτυ, μπάνιο)

1. Πάω σε ένα παιδικό πάρτυ.
2. Πού πάει η μαμά;
3. Πήγε να κάνει μπάνιο ένα μωρό.

Μαγείρεμα με το τουλούμι

1. Μαγειρεύω για ώρες.
2. Τι έκανες σήμερα;
3. Ξεκουράζομαι ένα λεπτό. Μαγείρεμα με το τουλούμι.

Αν ο Tate πιστέψει ότι κάποιος έχει συγχυστεί μαζί του αγχώνεται. Δε χάνω συχνά την υπομονή μου με τον Tate. Ξέρω ότι θα του πάρει περισσότερη ώρα να ξεπεράσει μία σύγκρουση απ' ό,τι σε μένα και συνήθως αν πρέπει να τον διορθώσω το κάνω με χαμόγελο για να καταλάβει ότι δε μπήκε "σε μπελάδες". Παρόλα αυτά καμιά φορά ξεφεύγω. Το παρακάτω απεικονίζει τα αποτελέσματα όταν χάνω τον έλεγχο.

Η ακαταστασία του Tate.

1. TATE! Κοίτα τι ακαταστασία! Δε μπορείς να κάνεις μπάνιο χωρίς κουρτίνα μπάνιου!
2. Η μαμά δεν πρέπει ΠΟΤΕ να φωνάζει σε εφήβους.
3. Συγνώμη Tate. Δεν είναι τίποτα. Ήταν μόνο νερό.
4. Η μαμά δεν πρέπει ΠΟΤΕ να φωνάζει σε εφήβους.
5. Tate. Πέρασε. Μπορούμε να το αφήσουμε;
6. Αφήσαμε κάτι κάτω; Θα το βρω.
7. Όχι Tate! Μιλούσα για την ακαταστασία που προκάλεσες. Ας σταματήσουμε να μιλάμε γι' αυτό.
8. Η μαμά δεν πρέπει ΠΟΤΕ να φωνάζει σε εφήβους.
9. Έχεις δίκιο. Είναι ιστορία τώρα.
10. Ιστορία; Ξέρω πολλά στην ιστορία. Ο Αλ Καπόνε λήστευε τράπεζες και πέθανε στην φυλακή. Ο Τεντυ Ρούζβελτ...

Εννιά μήνες τον χρόνο για τα τελευταία τρία χρόνια, ο Tate επιμένει να φοράει φούτερ με κουκούλα. Έχει πολλά, ενώ τα αγαπημένα του γράφουν πάνω Kansas University Jayhawk. Ταράζεται όταν του ζητηθεί να βγάλει την κουκούλα αλλά μερικές φορές πρέπει να επιμείνω. Οι κουκούλες του είναι τόσο σημαντικές γι αυτόν όπως είναι η κουβέρτα ή η πιπίλα για ένα μωρό. Η κουκούλα φαίνεται να είναι το αντικείμενο ασφαλείας του.

Η κουκούλα του Tate.

1. Tate. Θα χει 40 βαθμούς σήμερα. Δε γίνεται να βάλεις το φούτερ στο σχολείο.

2. Μαμά, πού άκουσες ότι θα χει 40 βαθμούς; Ξέρεις ότι δε μπορούμε να εμπιστευόμαστε τους μετεωρολόγους.
3. Tate. Έχει τόση ζέστη εδώ μέσα. Βγάλε την κουκούλα.
4. Χμμ. Το κλιματιστικό σε αυτό το κτίριο είναι ρυθμισμένο στο τέρμα και θα κρυώσω αν την βγάλω.
5. Μαμά, η δασκάλα μου με έβαλε να βγάλω την κουκούλα μου για την Γυμναστική σήμερα! Είμαι απόλυτα σίγουρος ότι αυτό είναι παράνομο!
6. Όποιος εφηύρε τις κουκούλες είναι στη μαύρη λίστα μου.

Μετάφραση: Βασιλική Κωνσταντινίδου
Από <http://www.popsugar.com/moms>





ΣΚΕΨΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΩΝ

Από τη Μαρία, εθελόντρια

Από τα φοιτητικά μου χρόνια στα Ιωάννινα όπου και σπούδασα στο ΤΕΙ στο τμήμα ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ είχα τη ευκαιρία να ενημερωθώ σχετικά με τον αυτισμό και στο θεωρητικό και στο πρακτικό κομμάτι. Επιπλέον μετά την απόκτηση του πτυχίου μου είχα την ευκαιρία να εργαστώ με αυτιστικά παιδιά. Παρόλα αυτά συνειδητοποίησα μετά την εμπειρία μου με την κ Στέιμαν Μαρέικε ότι τίποτα από όλα αυτά που μάθαινα τόσα χρόνια δεν φέρνουν τόσο άμεσα αποτελέσματα όσο το θεραπευτικό παιχνίδι που εφαρμόζει στο κέντρο υποστήριξης γονέων.

Θα ήθελα να μιλήσω για την εμπειρία μου με τον Ορέστη ένα αυτιστικό παιδί πολύ αρνητικό στο να μιλήσει και γενικότερα να αλληλεπιδράσει κοινωνικά. Ύστερα από πολλές φορές απλής παρατήρησης και κατεύθυνσης από την κ Στέιμαν μπήκα στην αίθουσα να παίξω και εγώ με τον Ορέστη.

Ο Ορέστης μετά από σωματικά παιχνίδια καταφέραμε να αλληλεπιδράσει μαζί μου. Επίσης είχαμε για πολύ ώρα βλεμματική επαφή. Ο Ορέστης επίσης μου έδειξε με το δάχτυλο του το παιχνίδι που ήθελε και τέλος του έμαθα να καινούργιο παιχνίδι που το ονόμασα ποδήλατο, ξαπλωμένοι ενώναμε τα πόδια μας έδειχνε να του αρέσει και

να ανταποκρίνεται θετικά.

Η πρώτη εμπειρία ήταν εξαιρετική καθώς ποτέ πριν δεν είχα τόσο άμεσα αποτελέσματα λόγω το ότι δεν προσπαθούσα με τον σωστό τρόπο που μας υπέδειξε η κ Στέιμαν. Το θεραπευτικό παιχνίδι ΚΑΛΕΣΜΑ πιστεύω ότι απεγκλωβίζει και με τον καιρό μπορείς να πετύχεις πολλά!

Από την εκπαίδευση (Δέσποινα Παραστατίδου)

Διαβάζοντας για το θεραπευτικό παιχνίδι Son-Rise καταλαβαίνω πως υπάρχει και μία άλλη διάσταση κάπως διαφορετική από αυτή που μας διδάσκουν στο πανεπιστήμιο, όσον αφορά τον αυτισμό.

Το πρόγραμμα Son-Rise είναι το πρώτο που πρότεινε ότι τα παιδιά με αυτισμό έχουν το δυναμικό για εξαιρετική θεραπεία και ανάπτυξη. Το πρόγραμμα τοποθετεί τους γονείς ως βασικούς δασκάλους, θεραπευτές και χρησιμοποιεί το σπίτι ως το καλύτερο περιβάλλον για ανατροφή, στο οποίο θα βοηθήσουν τα παιδιά τους.

Αντίθετα κάποιοι "ειδικοί" θα προτείνουν στους γονείς να "βομβαρδίσουν" το παιδί με κανόνες, τι "πρέπει" και τι "δεν πρέπει" να κάνουν. Θα καταστήσουν ικανούς για την ανάπτυξη τους, όχι το γονιό αλλά κάποιον λογοθεραπευτή - εργοθεραπευτή.

Το πρόγραμμα προτείνει ότι ο σεβασμός, η αποδοχή και η φροντίδα θα μπορούσε να είναι ο πιο σημαντικός παράγοντας που επηρεάζει το κίνητρο ενός παιδιού για μάθηση.

Υιοθετώντας αυτή τη στάση ψάχνουμε αρχικά να δημιουργήσουμε δεσμούς και ένα ασφαλές περιβάλλον. Έπειτα εφαρμόζουμε ήχο, εκπαιδευτικές στρατηγικές στο χρόνο που άρχισαν με το Πρόγραμμα Son- Rise. Η συμμετοχή στις επαναληπτικές και τελετουργικές συμπεριφορές ενός παιδιού παρέχει το κλειδί για το ξεκλείδωμα του μυστηρίου αυτών των συμπεριφορών και διευκολύνει τη βλεμματική επαφή, τη κοινωνική ανάπτυξη και την ένταξη των άλλων στο παιχνίδι.

ΣΠΑΣΜΕΝΑ ΓΥΑΛΙΑ

Από <http://www.popsugar.com/moms>

Μετάφραση Μ. Κοκκαλίδου



Αυτός ήταν ο διάδρομός μου την περασμένη Τετάρτη. Σπασμένος. Κοφτερός. Επίβουλος. Αυτός ήταν ο διάδρομος μου. Ήταν ο γιος μου που το έκανε αυτό. Μερικές φορές, συχνά βασικά, πράγματα σπάνε – ανεπανόρθωτα. Και αυτό σου παίρνει την ανάσα ... κατευθείαν.

Μου πήρε την ανάσα όταν ο γιος μου εισέβαλε στο μπάνιο, απογοητευμένος, θυμωμένος, αγανακτισμένος για τους πολύ δικούς του, πολύ σημαντικούς για αυτόν λόγους. Και όταν επέλεξε να χτυπήσει δυνατά την πόρτα του μπάνιου, προκαλώντας το βαρύ καθρέφτη που βρισκόταν επάνω στην

πόρτα να βγει από τη θέση του και να συγκρουστεί με το πάτωμα – έπεσαν ένα εκατομμύριο κομματάκια στο πάτωμα που αντανakλούσαν το απογευματινό φως.

Ήμουν ήρεμη. Παρατήρησα τη ζημιά και πήρα μια βαθιά ανάσα. Έβγαλα το σκύλο έξω, μην τραυματίσει τα πόδια του. Έβαλα τη γάτα στο υπόγειο για τον ίδιο λόγο.

Πήγα στον κήπο και ένοιωθα ζεστά δάκρυα να κυλάνε στο πρόσωπό μου. Είναι απίστευτο πόση μοναξιά μπορεί να αισθανθεί κανείς σαν μονογονεϊκός γονιός σε τέτοιες στιγμές. Συνειδητοποίησα πόσο φοβισμένη και απογοητευμένη ένιωθα. Έγινε πραγματικά αυτό μόλις τώρα;; Ναι. Ήταν αληθινό.

Όση ώρα στεκόμουν και σκεφτόμουν αν αυτό ήταν ή δεν ήταν μια ένδειξη του εξελισσόμενου χαρακτήρα του, άκουγα τα δάκρυα από το παράθυρο του μπάνιου επάνω. Η ψυχή του τραυματισμένη. Ούτε αυτός το περίμενε αυτό.

Γεια σου, Θυμέ – δεν θυμάμαι να σε κάλεσα στο σπίτι μου.
Τρομαγμένος

Ντροπιασμένος Στεναχωρημένος

Βαθιά ανάσα, Μανούλα πολεμιστή. Βαθιά ανάσα. Αυτή η μικρή, ευαίσθητη ψυχή σε χρειάζεται τώρα. Χρειάζεται το καλύτερο σου. Την καλύτερη σου συμπόνια. Της μανούλας την πιο στοργική και σταθερή αγάπη και την καθησύχηση. Και άλλες βαθιές ανάσες.

Πήγαινε Μανούλα. Πήγαινε. Πήγαινε τώρα. Πήγαινε να ανοίξεις την εξώπορτα, πέρασε με προσοχή τα σπασμένα γυαλιά, άκουσε τον που σε ακούει πως έρχεσαι, δες την πόρτα του μπάνιου να ανοίξει, δες το πρόσωπο που αγαπάς περισσότερο στον κόσμο με στεναχώρια και βρεγμένο από τα δάκρυα, η φωνή του που έχει γίνει τόσο μικρή: «Μαμά, δεν θα το ξανακάνω ποτέ πια, λυπάμαι ΤΟΣΟ πολύ.» Και άλλα δάκρυα. Και άλλο κλάμα. Τόση ανασφάλεια στο γλυκό του προσωπάκι.

Πήγαινε μανούλα. Πάρε τον. Πήγαινε τώρα. Πάρε τον αγκαλιά. Ναι, και εσύ κλαις τώρα. Ας το καλό, αυτό ήταν τεράστιο. Κράτησέ τον καλά. Δες πόσο γρήγορα κουλουριάζεται στην αγκαλιά σου. Δες πόσο θέλει να τον αγαπήσεις. Να βρει ασφάλεια σε σένα. Δες πόσο μικρός είναι ακόμα. Δες πόσο εύθραυστη είναι η ψυχή του.

Σε αγαπώ.
Είσαι ασφαλής
Εγώ είμαι εδώ
Το χειρότερο πέρασε τώρα
Σε κρατάω τώρα
Εδώ είμαι
Σε αγαπώ.

Πήγαινε μανούλα. Πες του για Θυμό. Πες του τώρα. Ο Θυμός είναι ένα πολύ δυνατό συναίσθημα. Έχεις δικαίωμα για το θυμό σου Ο θυμός καίγει δυνατά. Μπορεί να καθαρίσει. Μπορεί. Μπορεί και να καταστρέψει. Ο γιος μου γνέφει. Το νιώθει. Συνάντησε τον Θυμό τώρα.

Υπάρχει καλύτερος τρόπος να δείξεις τα μεγάλα συναισθήματα σου. Θα το δουλέψουμε μαζί.... Αύριο.

Εδώ είμαι για να σε βοηθήσω.
Είσαι ασφαλής.
Ποτέ δεν είσαι μόνος σου με τον θυμό σου.
Ποτέ δεν είσαι μόνος σου με τους φόβους σου.
Εδώ είμαι. Είμαστε μαζί.
Τώρα μπορούμε να καθαρίσουμε μαζί.

Και καθαρίσαμε τα σπασμένα κομμάτια. Σκουπίσαμε και σκουπίσαμε. Ήταν μια ήρεμη δουλειά. Ήταν μια προσεκτική δουλειά. Ήταν μια σκεπτική δουλειά.

Μερικές φορές πράγματα σπάνε. Μερικές φορές εμείς τα σπάμε. Δεν είναι σημαντικό το σπάσιμο, τα πώς και τα γιατί. Αυτό που έχει σημασία είναι πώς αποφασίζουμε να ανταποκρινόμαστε στο 'σπασμένο/σπάσιμο' (broken-ness). Μας σκοτώνει; Μας ρίχνει σε μια καθοδική πορεία ευθύνης και τιμωρίας;

Ή

Μας βοηθάει να θυμηθούμε πώς να αγαπάμε πιο βαθιά; Μας σπρώχνει σε συμπόνια και μας υψώνει επάνω από εμπόδιο του «σωστού» και «λάθους» στην ΑΓΑΠΗ (LOVENESS).

Ναι, **LOVENESS**.

Πήγαινε μαμά. Πήγαινε τώρα. Πάρε αυτό το μωρό το δικό σου. Μάθε το του αυτό. Δείξε του αυτό. Βίωσε το αυτό. Ονομάζεται LOVENESS. Πήγαινε. Τώρα.



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!*