



## Αυτισμός – Πως μπορείτε να βοηθήσετε και να καταλάβετε το παιδί σας

### Autism – How to help and understand your child

Αυτό το πληροφοριακό φυλλάδιο έχει γραφτεί σε συνεργασία με την Υπηρεσία Πολυπολιτισμικής Επικοινωνίας Υγείας NNO και το Σύλλογο Αυτισμού της NNO (Autism Association of NSW).

#### Τι είναι ο αυτισμός;

Ο αυτισμός είναι μια αναπηρία της ανάπτυξης που επηρεάζει τον τρόπο που το άτομο είναι ικανό να επεξεργαστεί πληροφορίες. Αυτό επηρεάζει την ικανότητα του παιδιού να:

- Καταλάβει και να χρησιμοποιήσει την γλώσσα για να επικοινωνήσει
- Να επικοινωνεί κοινωνικά
- Να καταλαβαίνει και να ανταποκρίνεται σε δραστηριότητες και αντικείμενα του περιβάλλοντος
- Να ανταποκρίνεται σε αισθητήρια ερεθίσματα. Για παράδειγμα, ένα παιδί μπορεί να φοβάται δυνατούς θορύβους ή να τρωει μόνο ορισμένα φαγητά και να φορά ορισμένα ρούχα.
- Μαθαίνει

#### Ποιά είναι η αιτία του αυτισμού;

Ο αυτισμός δημιουργείται από την ανώμαλη ανάπτυξη ορισμένων μερών του εγκεφάλου. Μερικές φορές ο αυτισμός ακολουθεί μετά από μια βαθύτερη γεννητική ανωμαλία. Συχνά δε μπορεί να βρεθεί η αιτία για την ανώμαλη ανάπτυξη του εγκεφάλου. Ο αυτισμός δεν δημιουργείται από τον τρόπο που το παιδί σας έχει μεγαλώσει. Ούτε υπάρχει τίποτα που θα μπορούσατε να είχατε κάνει για να το αποφύγετε. Ένας παιδίατρος μπορεί να σας συμβουλευσει αν υπάρχουν κατάλληλες εξετάσεις για να βρεθεί η αιτία του αυτισμού του παιδιού σας.

#### Ποιές αγωγές υπάρχουν για τον αυτισμό;

Αυτή τη στιγμή δεν υπάρχουν ιατρικές ή συμπεριφορικές αγωγές που θα μπορούσαν να θεραπεύσουν τον αυτισμό. Μια θεραπεία που ευεργετεί όλα τα παιδιά με αυτισμό είναι ένα οργανωμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα που εστιάζεται στην ανάπτυξη επικοινωνιακών και κοινωνικών δεξιοτήτων, περιλαμβανομένων δεξιοτήτων κοινωνικών παιχνιδιών<sup>1</sup>. Τέτοιο πρόγραμμα θα πρέπει να παρασχεθεί πριν την ηλικία των πέντε χρόνων.

#### Πως επικοινωνώ με το παιδί μου που έχει αυτισμό;

Είναι σημαντικό να καταλάβετε πως το παιδί σας με αυτισμό επικοινωνεί και μαθαίνει (καθώς αυτό θα διαφέρει από τον τρόπο που τα άλλα σας παιδιά επικοινωνούν και μαθαίνουν). Άτομα που μπορούν να σας βοηθήσουν να καταλάβετε το παιδί σας περιλαμβάνουν τον δάσκαλό σας πρόωρης επέμβασης ή τον λογοθεραπευτή σας.

Θα σας βοηθήσουν να καταλάβετε γιατί το παιδί σας συμπεριφέρεται με ορισμένους τρόπους και θα σας βοηθήσουν να επιλέξετε μια στρατηγική που είναι αποτελεσματική για το παιδί σας.

<sup>1</sup> (Janzen, 1999)

Για παράδειγμα παιδιά με αυτισμό:

- Μαθαίνουν οπτικά – είναι καλύτερα στην επεξεργασία πληροφοριών που τους δείχνονται παρότι τους τις λένε<sup>2</sup>
- Έχουν δυσκολία αντίληψης μακριών προτάσεων και εντολών/οδηγιών
- Μπορούν να μάθουν και να ανταποκριθούν σε κανόνες και ρουτίνες, ιδιαίτερα αν παρουσιάζονται οπτικά
- Ίσως έχουν καλές δεξιότητες μνήμης, ιδιαίτερα για πράγματα που έχουν δει ή ακούσει επανειλημμένα. Μερικές φορές μπορούν να θυμούνται ολόκληρο το διάλογο σε ένα βίντεο ή μια ιστορία βιβλίου που τους αρέσει ή θυμούνται τη διαδρομή στο νηπιαγωγείο. Επειδή οι δεξιότητες που μαθαίνονται με αυτό τρόπο γίνονται συνήθως χωρίς την επακόλουθη κατανόηση, θα πρέπει να ελέγχετε με διάφορους τρόπους ότι το παιδί σας πραγματικά έχει μάθει και κατανοήσει τη νέα δεξιότητα ή πληροφορία.

### **Πως εισάγετε οπτικά αντικείμενα για υποστήριξη της εκμάθησης και επικοινωνίας;**

Υπάρχουν τέσσερις τύποι οπτικών αντικειμένων και επικοινωνίας. Αυτοί αναφέρονται παρακάτω και εκτείνονται από (ολόκληρα αληθινά αντικείμενα) εύκολα να κατανοηθούν σε πιο δύσκολα να κατανοηθούν (γραμμικά σχέδια).

(Ευκολοκατανόητα)



(Δυσκατανόητα)

1. Ολόκληρα αληθινά αντικείμενα (πχ. ένα μπουκάλι με χυμό)
2. Μέρη αντικειμένων (πχ. την ετικέτα του μπουκαλιού χυμού)
3. Φωτογραφίες (πχ. τη φωτογραφία ενός μπουκαλιού χυμού)
4. Γραμμικά σχέδια (πχ. απλό σχέδιο ενός μπουκαλιού)

Ο σκοπός είναι να διδάξετε το παιδί σας να εργάζεται σταδιακά προς τα δυσκολότερα για να καταλάβει το οπτικό αντικείμενο. Αυτό θα βελτιώσει την ικανότητα του παιδιού να επικοινωνεί. Όμως η εισαγωγή οπτικών αντικειμένων που είναι πολύ αφηρημένα για το παιδί σας, δεν θα βοηθήσουν στην κατανόηση της γλώσσας. Έτσι είναι σημαντικό να αρχίσετε με ολόκληρα πραγματικά αντικείμενα και μετά σταδιακά να κινηθείτε στις φωτογραφίες πριν πάτε στα γραμμικά σχέδια.

Αν δεν είστε βέβαιοι πως να αρχίσετε να χρησιμοποιείτε οπτικά αντικείμενα για να υποστηρίξετε τη μάθηση και επικοινωνία με το παιδί σας στο σπίτι, να επικοινωνήσετε με το δάσκαλο του παιδιού σας ή με έναν λογοθεραπευτή.

### **Πως αντιμετωπίζω την προβληματική συμπεριφορά;**

Ένα πράγμα που πρέπει να θυμάστε όταν αντιμετωπίζετε θέματα συμπεριφοράς είναι ότι η προβληματική συμπεριφορά μπορεί να είναι μια μορφή επικοινωνίας. Όταν προσπαθείτε να διαχειριστείτε τη συμπεριφορά του παιδιού σας, είναι σημαντικό να καταλαβαίνετε τα πιθανά μηνύματα που κρύβονται πίσω από τη συμπεριφορά:

- Το παιδί σας μπορεί να προσπαθεί να εκφράσει συναισθήματα όπως φόβο, άγχος, απογοήτευση, ασθένεια ή κούραση.
- Η συμπεριφορά μπορεί να είναι μέρος της ανάγκης του παιδιού σας για να παρακινηθεί. Αυτό συμπεριλαμβάνει επαναληπτικές συμπεριφορές όπως στριφογυρίσματα, κουνήματα, κτύπημα του κεφαλιού ή τοποθέτηση αντικειμένων στη σειρά.

<sup>2</sup> (Hodgdon, 1995)

- Όμως, δεν είναι πάντα δυνατό να βρεθεί ένας λόγος για κάθε προβληματική συμπεριφορά.

Οι στρατηγικές διαχείρισης ή αλλαγής της προβληματικής συμπεριφοράς του παιδιού σας μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Την αλλαγή περιβάλλοντος ώστε να είναι πιο κατανοητό στο παιδί σας. Για παράδειγμα, την εισαγωγή οργανωμένων δραστηριοτήτων παιχνιδιών και ρουτίνες στο σπίτι.
- Να διδάξετε το παιδί σας νέες δεξιότητες επικοινωνίας έτσι ώστε το παιδί να μπορεί να εκφράσει τις ανάγκες και τα συναισθήματά του. Αυτό συνήθως περιλαμβάνει την εισαγωγή οπτικών αντικειμένων για να βοηθήσουν με την επικοινωνία που αναφέρθηκε παραπάνω.
- Την αγωγή τυχόν ιατρικών προβλημάτων.
- Να διδάξετε το παιδί σας να ηρεμεί με την εισαγωγή δραστηριοτήτων που ηρεμούν όπως η κούνια, μουσική, τηλεόραση/βίντεο και να του επιτρέπεται ο χρόνος να μένει μόνο του χωρίς να του επιβάλλονται απαιτήσεις.
- Την εισαγωγή στρατηγικών για να βοηθήσετε τυχόν αλλαγές σε τακτικές ρουτίνες.
- Ιδιαίτερα φάρμακα μπορούν να ευεργετήσουν το άγχος και τις επαναληπτικές συμπεριφορές.

#### **Με ποιόν να επικοινωνήσω για περισσότερες πληροφορίες;**

Οι γονείς βρίσκουν ότι βοηθά να παρευρίσκονται σε πληροφοριακές ημερίδες ή σειρά μαθημάτων για τον αυτισμό και να μιλούν με άλλους γονείς που έχουν παιδί με αυτισμό. Παρακάτω αναφέρονται μερικοί οργανισμοί ή υπηρεσίες που μπορεί να σας βοηθήσουν.

- Σύλλογος Αυτισμού της ΝΝΟ [[www.autismnsw.com.au](http://www.autismnsw.com.au)]
- Πληροφοριακή Γραμμή Αυτισμού [Autism Information Line]
- [Γραμμή Πληροφοριών Πρόωρης Νηπιακής Παρέμβασης [Early Childhood Intervention Info Line]

Για να επικοινωνήσετε με τις παραπάνω υπηρεσίες δείτε τον ονομαστικό τηλεφωνικό κατάλογο του Σύδνεϋ.

Ρωτήστε τον γιατρό σας να σας παραπέμψει:

- Στην Ομάδα Πρόωρης Νηπιακής Παρέμβασης της περιοχής σας [The Early Intervention Support Team] (Υπουργείο Τρίτης Ηλικίας, Αναπηρίας & Οικιακής Φροντίδας – [Department of Aging, Disability & Home Care]) – αν το παιδί σας έχει μέτρια πνευματική αναπηρία
- Στο τοπικό σας Κοινοτικό Κέντρο Υγείας
- Σε παιδίατρο

Αν χρειάζεστε βοήθεια να κάνετε τηλεφωνήματα στα αγγλικά, τηλεφωνήστε στην Υπηρεσία Μεταφράσεων και Διερμηνείας (TIS) στο 131 450.

Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες για την υγεία στα ελληνικά στην Πολυπολιτισμική ιστοσελίδα Πληροφοριών στο <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

Οι τηλεφωνικοί αριθμοί είναι σωστοί τη στιγμή έκδοσης τους και δεν ανανεώνονται συνεχώς. Ίσως θα πρέπει να ελέγξετε τους αριθμούς στον τηλεφωνικό κατάλογο.

## **Suggested Readings**

Dodd, Susan: Managing Problem Behaviours. MacLennan & Petty, Sydney, 1994

Hodgdon, Linda: Visual Strategies for Improving Communication. Quirk Roberts Publishing, Michigan, 1995

Howlin, Pat: Treating Children with Autism and Asperger Syndrome. A Guide for Parents and Professionals. Chichester: Wiley (1998)

Janzen, Janice E.: Autism: facts and strategies for Parents. Therapy Skill Builders, USA, 1999

Sussman, Fern: More Than Words. A Hanen Centre Publication, Toronto, 1999

You can find more multilingual information on autism at the following websites:

- Autism: An introduction for parents and carers (National Autistic Society)  
**<http://www.nas.org.uk/nas/jsp/polopoly.jsp?d=121&a=2192>**  
(Available in Bengali, English, Gujarati, Hindi, Punjabi, Urdu)
- What is Autism? (Autism Association of NSW)  
**<http://www.autismnsw.com.au>**  
(Available in English, additional languages coming)
- Visual strategies for improving communication – for purchase  
**<http://www.usevisualstrategies.com/products.html>**  
(Available in English and Spanish)
- Overview of autism (Center for the Study of Autism)  
**<http://www.autism.com/ari/index.html>**  
(Available in Chinese, English, Italian, Japanese, Korean and Spanish)