

# 2<sup>η</sup> ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## ΕΙΣΗΓΗΣΗ 4:

### Παρεμβάσεις Και Αποκατάσταση



*Conchi Remirez  
(Autism Burgos, Spain)*

*Αντώνης Βαδόλας  
(Κέντρο Παιδιού και Εφήβου)*





Παρεμβάσεις και αποκατάσταση

Για την οικογένεια:

Υποστήριξη και Συμβουλευτική

Θεραπεία Ζεύγους

Οικογενειακή θεραπεία

Ψυχοθεραπεία (γονείς, οικογένεια)

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

# ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΟΙ ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Γνώσεις σχετικά με την ανίχνευση, αποδοχή και ικανοποίηση των αναγκών των γονέων και των αναγκών του ατόμου με ΔΑΦ, ενίσχυση της προσαρμογής.
- Καθοδήγηση ως προς τη λύση προβλημάτων ή την ικανοποίηση των αναγκών, σε όλα τα στάδια ζωής του ατόμου με ΔΑΦ, και ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια μεταβάσεων .
- Διευκόλυνση της πρόσβασης των γονέων των ατόμων με ΔΑΦ σε ατομικούς ή /και κοινοτικούς πόρους και υπηρεσίες.
- Προώθηση της αυτονομίας και της υπευθυνότητας των οικογενειών.
- Αναγνώριση του ρόλου της οικογένειας στην προσπάθεια να αποτελέσει πηγή επίλυσης προβλημάτων.



# Υποστήριξη και συμβουλευτική γονέων



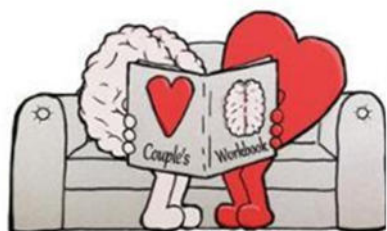
- Η συμβουλευτική μπορεί να βοηθήσει ένα γονιό παιδιού που βρίσκεται στο φάσμα:
- **1. Στη διαχείριση της διάγνωσης** – Η ίδια η διάγνωση του αυτισμού είναι συχνά τραυματική για τους γονείς. Συνήθως η κατανόηση ότι το πένθος έχει στάδια, και ότι η θλίψη ακολουθεί κυκλική πορεία, βοηθάει τους γονείς να προσαρμοστούν.
- **2. Στην ενίσχυση των γονεϊκών δεξιοτήτων**- Οι γονείς έχουν να διαχειριστούν τις αισθητηριακές δυσκολίες, να πάρουν αποφάσεις που αφορούν την εκπαίδευση, ιατρικές παρεμβάσεις, ανησυχίες σχετικά με την ασφάλεια, αποφάσεις σχετικές με τη θεραπεία κ.α. ένας επαγγελματίας μπορεί να βοηθήσει τους γονείς να ιεραρχήσουν τις ανάγκες και να μειώσουν το άγχος που μπορεί να τους ξεπερνάει.
- **3. Στη σύνδεση με τον/την σύντροφο**- Παρατηρείται μια μικρή αύξηση στα ποσοστά διαζυγίων και προβλημάτων στη σχέση του ζευγαριού στις οικογένειες με παιδιά στο φάσμα από ότι στις οικογένειες με παιδιά τυπικής ανάπτυξης. Το πώς θα αντιδράσουν οι γονείς στη διάγνωση, μπορεί να επιδράσει στην ποιότητα της σχέσης και όχι το ίδιο το γεγονός της διάγνωσης.
- **4. Στη διαχείριση του άγχους**- Το στρες που βιώνουν οι γονείς των ατόμων με αυτισμό στην καθημερινότητά τους είναι υπερβολικό και συνεχές. Ένας σύμβουλος μπορεί να βοηθήσει ακούγοντας και υποστηρίζοντας τους γονείς, επικυρώνοντας τις προσπάθειες τους και ενθαρρύνοντας δεξιότητες αυτό-φροντίδας.



# ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΖΕΥΓΑΡΙΟΥ

## The Autism Couple's Workbook

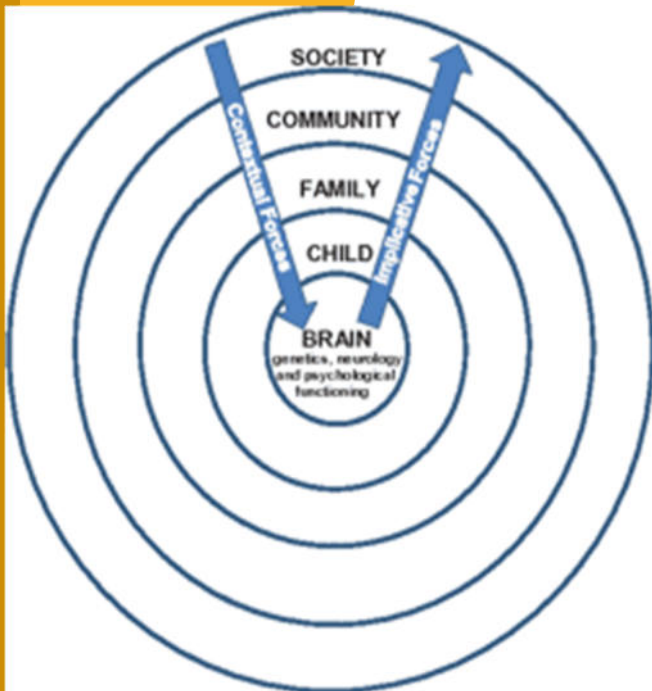
Second Edition



Maxine Aston  
Foreword by Tony Attwood

- κάποιες σχέσεις ενδυναμώνονται, και άλλες αποδυναμώνονται. Δεν υπάρχει ξεκάθαρη σύνδεση με τα ποσοστά των διαζυγίων
- Βραχεία θεραπεία εστιασμένη στη λύση: εργασία με προοπτικές, επαναδιαμόρφωση προβλημάτων και αναζήτηση λύσεων.
- Δημιουργία νέων συνηθειών: αποτελεσματική επικοινωνία, ενσυναίσθηση διαπροσωπικής σχέσης, από κοινού ανατροφή των παιδιών και διαχείριση θυμού. Μειώστε την αντίσταση στην αλλαγή.
- Η ενσυνειδητότητα προάγει τη δεκτική επίγνωση και τη μη κρίση του εαυτού και των άλλων

# ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΓΙΑ ΔΑΦ



## ΣΤΟΧΟΙ

- 1- Η παροχή πληροφοριών για τα χαρακτηριστικά της διαταραχής.
- 2- Η παροχή πληροφοριών για τις επιπτώσεις σε επίπεδο οικογένειας.
- 3- Η καθοδήγηση προς τη διεργασία προσαρμογής και ανταπόκρισης της οικογένειας (ρόλοι, προσδοκίες).
- 4- Η εκτίμηση και η εκπαίδευση στρατηγικών διαχείρισης.
- 5- Η δημιουργία και διατήρηση δικτύου κοινωνικής υποστήριξης.
- 6- Η αποφυγή έναρξης χρόνιου στρες\*.

*(Un enfoque de la discapacidad intelectual centrado en la familia - A family-centered approach to intellectual disability, Linda Leal, Cuadernos de Buenas Prácticas FEAPS)\**

# ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

## Επιπτώσεις στα αδέρφια

- Έλλειψη προσοχής: αίσθηση ότι αγαπιούνται λιγότερο.
- Περισσότερες απαιτήσεις σε ότι αφορά στους κανόνες, το σχολείο, τα αθλήματα, την υπευθυνότητα.
- Στίγμα του να έχουν ένα αδερφό/-ή με αναπηρία.
- Επηρεάζονται από το γονεϊκό στρες.
- Λειτουργούν ως πρότυπα αντιγράφοντας από τους γονείς.

## Παράγοντες κινδύνου

- Α > Σοβαρότητα αναπηρίας > ευκολία αναγνώρισης < στοργή προς τα αδέρφια
- Α > Παρουσία διαταραχών διαγωγής > Επίδραση στα αδέρφια

**AUTISM  
FAMILY  
GROUP  
THERAPY**





# ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (ΓΟΝΕΙΣ/ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ)

## 5 συμβουλές προς τους γονείς\*



- 1. Μάθετε πώς να είστε ο καλύτερος/-ή συνήγορος των δικαιωμάτων του παιδιού σας.**
- 2. Αποδεχτείτε να συναισθημάτά σας και μιλήστε για αυτά.**
- 3. Μην αφήνετε τον αυτισμό να απορροφά όλες τις ώρες της μέρας σας.**
- 4. Εκτιμήστε τις μικρές νίκες του παιδιού σας.**
- 5. Συμμετέχετε ενεργά στην κοινότητα του αυτισμού.**





# ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (ΓΟΝΕΙΣ/ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ)

## 5 συμβουλές για αδέρφια\*



1. *Θυμίσου ότι δεν είσαι μόνος/-η, όλες οι οικογένειες αντιμετωπίζουν προκλήσεις.*
2. *Να είσαι περήφανος για τον αδερφό/-ή, να μιλάς για αυτόν/ -ήν.*
3. *Ο θυμός δε θα σε βοηθήσει να νιώσεις καλύτερα ή να λύσεις την κατάσταση.*
4. *Βρες χρόνο για τον εαυτό σου και τους γονείς σου.*
5. *Βρες μια δραστηριότητα που μπορείς να κάνεις με τον αδερφό/-ή σου.*





# ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (ΓΟΝΕΙΣ/ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ)

5 συμβουλές για παππούδες/γιαγιάδες και άλλους συγγενείς\*

1. Οι συγγενείς μπορούν να προσφέρουν πολλά, ο καθένας με τον τρόπο του και τη διαθεσιμότητά του.
2. **Αναζητήστε υποστήριξη αν τη χρειάζεστε, μιλήστε για αυτό.**
3. Αποφύγετε να γίνετε επικριτικοί και να κάνετε συγκρίσεις. Δείξτε σεβασμό.
4. **Μάθετε περισσότερα για τον αυτισμό.**
5. Μοιραστείτε την θετική διάσταση της ενημέρωσης.
6. Αφιερώστε ένα ξεχωριστό χρόνο, ειδικά για να κάνετε μια δραστηριότητα μαζί του/της.



# REFERENCES

- *Support program for families of people with autism*, of Autismo Burgos
- *Familias con personas discapacitadas: características y fórmulas de intervención*, J. Navarro Góngora, Regional Government of Castilla León
- *¿Qué podemos hacer? Preguntas y respuestas para familias con un hijo con discapacidad*, J. Navarro Góngora, R. Canal Bedia, Regional Government of Castilla León
- *Un enfoque de la discapacidad intelectual centrado en la familia*, Linda Leal, Cuadernos de Buenas Prácticas FEAPS
- *RELACIONES Y PAREJAS SALUDABLES: Cómo disfrutar del sexo y del amor*, Andalusian Regional Government
- 100 Day Kit, Autism Speaks
- *AUTISM A GUIDE FOR GRANDPARENTS*. Autism Speaks. Family Support Manuals

