



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ISTITUTO DEI SORDI
DI TORINO



COCEMFE
Sevilla



CITIZENS
IN POWER



European
Development



MoMs

MOTHER MATTERS

The right of women with disabilities to motherhood

Αριθμός Έργου Erasmus+ 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΦΥΛΛΑΔΙΑ

Τα ενημερωτικά βοηθήματα παρέχουν σύντομες επεξηγήσεις σχετικά με τις μελέτες για την αναπηρία, την προσβασιμότητα για τους επαγγελματίες υγείας και τη μητρότητα για τις γυναίκες με αναπηρία. Βασίζονται σε μια προσέγγιση μικρομάθησης, μια μεθοδολογία μάθησης που χωρίζει το περιεχόμενο

- ΠΩΣ ΝΑ... -

...καλοδεχτείτε τα άτομα με αυτισμό

Μπορεί να φαίνεται ότι οι γυναίκες με αυτισμό έχουν λιγότερες κοινωνικές δυσκολίες από τους αυτιστικούς άνδρες και τα αυτιστικά αγόρια, αλλά αυτό μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι είναι πιο πιθανό να «κρύβουν» τα αυτιστικά τους χαρακτηριστικά (αν και το στρες που προκαλεί αυτό μπορεί να οδηγήσει σε άγχος και υπερβολική πίεση).

Οι γιατροί και άλλοι επαγγελματίες υγείας μπορεί να μην έχουν επαρκείς γνώσεις σχετικά με το πώς ο αυτισμός μπορεί να παρουσιάζεται διαφορετικά στις γυναίκες και τα κορίτσια. Αυτό σημαίνει ότι οι γυναίκες και τα κορίτσια μπορεί να διαγνωστούν λανθασμένα με θέματα ψυχικής υγείας ή τα αυτιστικά τους χαρακτηριστικά μπορεί να μην γίνουν αντιληπτά ανάμεσα στα συμπτώματα των συνυπαρχουσών παθήσεων.



momsproject.eu



Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του συγγραφέα/των συγγραφέων, και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.



Πολλά αυτιστικά άτομα έχουν αισθητηριακές διαφορές, που σημαίνει ότι μπορεί να παρουσιάζουν υπερβολική ή υποευαισθησία σε διάφορα αισθητηριακά ερεθίσματα (π.χ. φως ή ήχος).

Αυτό μπορεί να είναι κάτι θετικό, αλλά μπορεί επίσης να προκαλέσει άγχος ή δυσφορία.

Μερικά παραδείγματα για το τι μπορεί να προκαλέσει **αισθητηριακή υπερφόρτωση** είναι τα εξής:

- Υπερβολικά ζεστά ή κρύα περιβάλλοντα.
- Ανάγκη επιπλέον χρόνου για την επεξεργασία των πληροφοριών
- Παρουσία άγχους και μη αναμενόμενων αλλαγών
- Να βρίσκουν τον θόρυβο, τις μυρωδιές και τα έντονα φώτα επώδυνα και αγχωτικά
- Να νιώθουν καταβεβλημένοι και βιώνουν «κατάρρευση» ή «shutdown».

Λάβετε υπόψη σας ότι η **αισθητηριακή υπερφόρτωση προκαλεί δυσκολίες επικοινωνίας** στα αυτιστικά άτομα. Ως επαγγελματίας, είναι επομένως σημαντικό να ενημερώσετε το άτομο αν σκοπεύετε να το αγγίξετε, να εξηγήσετε τι κάνετε και γιατί. Αυτό μπορεί να μειώσει σημαντικά ή/και να αποτρέψει το άγχος και να προσφέρει μια αίσθηση προβλεψιμότητας. Όσον αφορά την επικοινωνία, είναι σημαντικό να χρησιμοποιείτε ξεκάθαρη γλώσσα (αποφεύγοντας τα υπονοούμενα), να χρησιμοποιείτε τόσο προφορική όσο και γραπτή γλώσσα και, εάν είναι απαραίτητο, επίσης με τη βοήθεια οπτικών βοηθημάτων. Κάθε φορά η **επικοινωνία πρέπει να εξατομικεύεται** ανάλογα με το άτομο και τις ανάγκες του. Θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ότι το αυτιστικό άτομο μπορεί να δυσκολεύεται να ποσοτικοποιήσει την έκταση του πόνου που βιώνει (διαίσθηση) και ίσως είναι χρήσιμο να ερωτηθεί αν χρειάζεται τη βοήθεια ή την υποστήριξη ενός φροντιστή που μπορεί να το βοηθήσει κατά τη διάρκεια της επίσκεψης.

Σε σχέση με αυτό, η **επικρατούσα διάγνωση** που τίθεται από τους επαγγελματίες υγείας έχει αρνητικό αντίκτυπο στην ποιότητα ζωής των αυτιστικών ατόμων. Αυτό σημαίνει ότι τα δηλωθέντα και εκδηλωθέντα συμπτώματα ερμηνεύονται ως σχετιζόμενα με τον αυτισμό, ενώ η πραγματική φύση του συμπτώματος δεν αναγνωρίζεται. Έχει υπολογιστεί ότι εξαιτίας αυτής της λανθασμένης αντίληψης, τα άτομα με νευροδιαφορετικότητα έχουν προσδόκιμο ζωής 16 χρόνια μικρότερο σε σχέση με τα νευροτυπικά άτομα. Σε αυτό το πλαίσιο, ο ρόλος του **διαμεσολαβητή επικοινωνίας με άτομα με νευροδιαφορετικότητα** θα μπορούσε να διευκολύνει την αλληλεπίδραση μεταξύ ατόμων με διαφορετικές μεθόδους επικοινωνίας, αναπτύσσοντας στρατηγικές συνεργασίας και δημιουργώντας ένα προσβάσιμο περιβάλλον. Τέλος, ως επαγγελματίες υγείας και εκπαίδευσης, είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τις έννοιες **«stimming»**, **«meltdown»** και **«shutdown»**, διότι είναι θεμελιώδεις για την κατανόηση του τρόπου λειτουργίας των νευροδιαφορικών ατόμων. Από τη γνώση και την κατανόηση μπορεί κανείς να φτάσει στην πλήρη αποδοχή και ένταξη.

