

Ε. ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ - Σ. ΜΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ

# Τα αδέρφια μας με αυτισμό

ΤΡΙΚΑΛΑ 2006



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΟΝΕΩΝ ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ ΑΥΤΙΣΤΙΚΩΝ ΑΤΟΜΩΝ Ν. ΛΑΡΙΣΑΣ

## “Τα αδέρφια μας με αυτισμό”

© ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΟΝΕΩΝ ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ ΑΥΤΙΣΤΙΚΩΝ ΑΤΟΜΩΝ Ν. ΛΑΡΙΣΑΣ

Εικονογράφηση: **Λιλή Αρβαντάκη**

Ηλεκτρονική στοιχειοθεσία, εξώφυλλο, διορθώσεις: **Εκδόσεις “έλλα”**

3ο χλμ. Τρικάλων - Καρδίτσας 421 00 Τρίκαλα,

τηλ.: 24310 26635 - 24310 36485, fax: 24310 39765,

www.ella.gr - e-mail: info@ella.gr

**ΤΡΙΚΑΛΑ 2006**

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ**

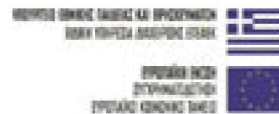
2ο Επιχειρησιακό Πρόγραμμα Εκπαίδευσης και Αρχικής Επαγγελματικής Κατάρτισης

Μέτρο 1.1 Ενέργεια 1.1.4

*“Πρόγραμμα ενδυνάμωσης  
και υποστήριξης ομάδων οικογενειών στόμων με αυτισμό”*

**Φορέας Υλοποίησης:**

**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΟΝΕΩΝ ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ ΑΥΤΙΣΤΙΚΩΝ ΑΤΟΜΩΝ Ν. ΛΑΡΙΣΑΣ**



Όταν αναφερόμαστε στις οικογένειες των παιδιών με αυτισμό, έχουμε υπόψη κυρίως τους γονείς. Συνήθως, τονίζεται η ανάγκη για υποστήριξη των γονέων σε θέματα όπως, οι σχέσεις του ζευγαριού, τα συναισθήματα και οι δυσκολίες τους μετά τον ερχομό ενός παιδιού με αυτισμό στην οικογένεια. Όμως, οι ίδιοι οι γονείς όταν μιλούν μεταξύ τους πολύ συχνά νιώθουν την ανάγκη να εκφραστούν και για τ' άλλα τους παιδιά. Στις συναντήσεις τους με τους επαγγελματίες μιλούν ελάχιστα ή καθόλου για τα άλλα τους παιδιά, καθώς οι σκέψεις και οι απορίες τους για το παιδί τους με αυτισμό είναι πολλές και ο χρόνος των συναντήσεων είναι συχνά περιορισμένος. Στη χώρα μας, η υποστήριξη όλων των μελών της οικογένειας του παιδιού με αυτισμό είναι σχεδόν απύρακτη.

Το “Πρόγραμμα Ενδυνάμωσης και Υποστήριξης Ομάδων Οικογενειών Ατόμων με Αυτισμό”, στο οποίο συμμετείχαν συνολικά 360 μέλη οικογενειών ατόμων με αυτισμό, ήταν μία πρόκληση σε ό,τι αφορά και τα μικρότερα αδέρφια των παιδιών με αυτισμό. Οι οικογένειες που συμμετείχαν στο πρόγραμμα μας έδωσαν τη δυνατότητα να προχωρήσουμε στη συγγραφή αυτού του βιβλίου, ενθαρρύνοντας τα παιδιά τους να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο. Οι πληροφορίες που περιέχονται στα ερωτηματολόγια έχουν ιδιαίτερη αξία, καθώς προέρχονται απ' όλες τις περιφέρειες της Ελλάδας και μας προσέφεραν μία πλατιά γνώση για τις δυσκολίες, τις απορίες αλλά και τα θετικά σχόλια των παιδιών που τα αδέρφια τους έχουν αυτισμό. Οι απαντήσεις τους ήταν εξαιρετικά πολύτιμες, γιατί μας βοήθησαν να εστιάσουμε σε συγκεκριμένες συμπεριφορές των παιδιών με αυτισμό που έχουν πολλές και σοβαρές δυσκολίες.

Το βιβλίο αυτό απευθύνεται κυρίως σε αδέρφια ηλικίας 7-12 ετών, μπορεί φυσικά να διαβαστεί και από μεγαλύτερα παιδιά ή ενήλικες. Στόχος του βιβλίου είναι να βοηθήσει τα παιδιά να καταλάβουν καλύτερα τις ιδιαιτερότητες των αδερφών τους με αυτισμό, έτσι ώστε η συμβίωση μαζί τους να είναι πιο εύκολη. Ίσως κάποια παιδιά χρειαστούν τη βοήθεια των μεγάλων για να διαβάσουν αυτό το βιβλίο. Ακόμη, ελπίζουμε ότι με το βιβλίο αυτό θα δοθεί η ευκαιρία στους γονείς να συζητήσουν με τα άλλα τους παιδιά για τα αδέρφια τους με αυτισμό.



**A**υτό το βιβλίο είναι για τα παιδιά που έχουν αδέρφια με αυτισμό, όπως κι εσύ. Καθώς θα διαβάζεις το βιβλίο, ίσως να προσέξεις ότι κάποιες φορές γράφουμε “ο αδερφός σου”, ενώ εσύ μπορεί να έχεις αδερφή με αυτισμό. Το σκεφτήκαμε αυτό γιατί έτσι το κείμενο θα είναι πιο απλό, αλλά και γιατί τα περισσότερα παιδιά με αυτισμό είναι αγόρια.

Πριν γράψουμε αυτό το βιβλίο, ζητήσαμε από κάποια παιδιά να απαντήσουν σε ερωτήσεις για τα αδέρφια τους με αυτισμό. Ρωτήσαμε τι τους αρέσει, τι τους δυσκολεύει, τι δεν καταλαβαίνουν, ποια πράγματα κάνουν μαζί. Οι απαντήσεις τους μας βοήθησαν πολύ για να γράψουμε το βιβλίο. Στο τέλος του βιβλίου, θα βρεις αυτό το ερωτηματολόγιο και, αν θέλεις, μπορείς να το απαντήσεις κι εσύ.

Τα παιδιά έγραψαν ότι είναι περήφανα, όταν τα αδέρφια τους καταφέρνουν πράγματα, χαίρονται, όταν μπορούν να κάνουν πράγματα μαζί, αγαπούν πάντα τα αδέρφια τους με αυτισμό και τα προστατεύουν, ακόμη κι όταν τα πράγματα δυσκολεύουν. Μερικά παιδιά έγραψαν ότι στενοχωριούνται που ο αδερφός τους έχει αυτισμό και πολλές φορές δεν τον καταλαβαίνουν ή ότι κάποιες συμπεριφορές τους κουράζουν. Άλλα παιδιά έγραψαν ότι δεν ξέρουν πώς να μιλήσουν στους φίλους τους ή ότι μερικές φορές νιώθουν άσχημα, όταν βγαίνουν έξω και ο αδερφός τους ή η αδερφή τους κάνει περίεργα πράγματα.

Σ' αυτό το βιβλίο, θα προσπαθήσουμε να εξηγήσουμε τις δυσκολίες που έχουν τα παιδιά με αυτισμό και να απαντήσουμε σε απορίες που μπορεί να έχεις. Όλα τα παιδιά με αυτισμό δεν είναι ίδια, αλλά καθώς θα διαβάζεις, ίσως να ανακαλύψεις πράγματα που κάνει και ο δικός σου αδερφός ή η αδερφή. Ελπίζουμε ότι έτσι θα καταλαβαίνεις καλύτερα τον αδερφό σου ή την αδερφή σου.



Για να γνωρίσουμε καλύτερα τα παιδιά με αυτισμό, είναι σημαντικό να καταλάβουμε πώς σκέφτονται, τι τους αρέσει και τι τους ενοχλεί. Έτσι, μπορούμε να τα βοηθήσουμε να αντιμετωπίζουν καλύτερα τις δυσκολίες που έχουν και να μάθουν να ζουν ανάμεσα μας με το δικό μας τρόπο, όσο μπορούν.

### • Τι σημαίνει αυτισμός;

Οι επιστήμονες χρησιμοποιούν τη λέξη “αυτισμός” για να περιγράψουν τις δυσκολίες που έχουν κάποια παιδιά, όπως ο αδερφός σου.

### • Γιατί κάποια παιδιά έχουν αυτισμό;

Μέχρι σήμερα, κανείς δε γνωρίζει την απάντηση σ’ αυτή την ερώτηση. Κάποιοι επιστήμονες λένε ότι ο αυτισμός οφείλεται σε μία βλάβη στον εγκέφαλο, πριν την γέννηση του παιδιού. Όποια κι αν είναι η αιτία, δε φταίει κανένας, ούτε ο μπαμπάς, ούτε η μαμά, ούτε κι εσύ.

### • Υπάρχουν πολλήα παιδιά με αυτισμό;

Υπάρχουν πολλά παιδιά με αυτισμό σ’ όλες τις χώρες της γης.

Τα άτομα που είναι στο “φάσμα του αυτισμού”, δηλαδή όλα τα άτομα συνολικά, ακόμη κι αν έχουν λίγες ή περισσότερες δυσκολίες, είναι περίπου 58 σε κάθε 10.000 άτομα.

### • Όλα τα παιδιά με αυτισμό έχουν τις ίδιες δυσκολίες;

Τα περισσότερα παιδιά με αυτισμό έχουν πολλές και σοβαρές δυσκολίες. Γι’ αυτό, χρειάζονται συνεχώς βοήθεια από τους άλλους.

Άλλα παιδιά έχουν λιγότερες δυσκολίες και χρειάζονται λιγότερη βοήθεια.

Υπάρχουν και μερικά παιδιά που έχουν μικρότερες δυσκολίες και μπορούν να ζήσουν μόνα τους. Γνωρίζουν ότι έχουν αυτισμό και μπορούν να μιλήσουν για τις δυσκολίες τους, τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους. Αυτά τα παιδιά λέμε ότι έχουν το σύνδρομο Άσπεργκερ.

Όλα αυτά τα παιδιά μοιάζουν σε πολλά πράγματα, έχουν παρόμοιες συνήθειες και δυσκολίες. Όμως, κάθε παιδί με αυτισμό είναι ξεχωριστό, και δε σημαίνει ότι έχει όλες τις δυσκολίες που περιγράφουμε παρακάτω.



## Ποιες είναι οι πιο σημαντικές δυσκολίες των παιδιών με αυτισμό;

Τα παιδιά με αυτισμό έχουν σημαντικές δυσκολίες:

### α. Στην επικοινωνία τους με τους άλλους

- Δυσκολεύονται να καταλάβουν αυτά που λέμε ή αυτά που θέλουμε να πούμε, χωρίς να μιλάμε, όπως όταν χρησιμοποιούμε τις εκφράσεις του προσώπου μας, όταν κάνουμε χειρονομίες (π.χ. χαιρετάμε ή δείχνουμε κάτι) και όταν κάνουμε κινήσεις με το σώμα μας (π.χ. σηκώνουμε τους ώμους μας, αντί να πούμε “δεν ξέρω”).
- Δυσκολεύονται να καταλάβουν τι θέλουμε να πούμε με τον τόνο της φωνής μας.
- Τα παιδιά με αυτισμό δυσκολεύονται να εκφράσουν στους άλλους αυτά που σκέφτονται ή νιώθουν.
- Πολλά παιδιά με αυτισμό μας παίρνουν από το χέρι, για να μας δείξουν που θέλουν να πάνε ή τι θέλουν να πάρουν.
- Κάποια παιδιά μπορεί να μην μας κοιτάζουν στα μάτια, όταν τα μιλάμε, ή να μην απαντούν αμέσως, όταν τα ρωτάμε για κάτι.



### β. Στις κοινωνικές τους σχέσεις

- Τα περισσότερα παιδιά με αυτισμό δεν πλησιάζουν από μόνα τους άλλα παιδιά, για να γίνουν φίλοι μαζί τους.
- Δεν μπορούν εύκολα να μοιραστούν τα δικά τους αγαπημένα πράγματα ή να παίξουν, όπως τα άλλα παιδιά.
- Δυσκολεύονται να μπουν στη θέση των άλλων και να καταλάβουν πώς νιώθουν ή τι σκέφτονται. Γι' αυτό, πολλά παιδιά με αυτισμό φαίνονται ότι είναι κακομαθημένα ή ότι δεν έχουν καλούς τρόπους. Αυτό συμβαίνει, γιατί δεν καταλαβαίνουν τους κοινωνικούς κανόνες, δηλαδή τι επιτρέπεται να κάνουμε και τι δεν επιτρέπεται.

### γ. Στον τρόπο σκέψης τους

- Έχουν πολύ φτωχή φαντασία στην καθημερινή ζωή και στο παιχνίδι. Γι' αυτό δε δέχονται εύκολα τις αλλαγές στα πράγμα-





τά τους, στο δικό τους χώρο ή στο καθημερινό τους πρόγραμμα.

- Τους αρέσει να κάνουν τα ίδια πράγματα, με τον ίδιο τρόπο κάθε μέρα ("ρουτίνες") ή να λένε πολλές φορές τις ίδιες λέξεις ("εμμονές"), χωρίς να βαριούνται ή να κουράζονται. Φαίνεται ότι οι ρουτίνες βοηθούν τα παιδιά με αυτισμό να ηρεμούν, όταν αναστατώνονται από κάποιες αλλαγές και όταν βαριούνται, γιατί δεν έχουν με τι να ασχοληθούν.

#### **δ. Με τα αισθητηριακά ερεθίσματα**

Όλοι οι άνθρωποι έχουμε πέντε αισθήσεις που μας βοηθούν να καταλαβαίνουμε πολλά πράγματα γύρω μας, ο καθένας με το δικό του τρόπο. Μας αρέσουν διαφορετικές μυρωδιές, διαφορετικές γεύσεις, διαφορετικά χρώματα. Κάποιοι ενοχλούνται από τα μάλλινα ρούχα, σε άλλους αρέσει η δυνατή μουσική. Όλα αυτά που νιώθουμε με τις αισθήσεις μας τα ονομάζουμε "αισθητηριακά ερεθίσματα".

Τα παιδιά με αυτισμό καταλαβαίνουν τα αισθητηριακά ερεθίσματα με διαφορετικό τρόπο από μας, και πολλές φορές μας δείχνουν με τη συμπεριφορά τους πώς νιώθουν.

- Μπορεί να έχουν πολύ καλή ακοή και να αντιλαμβάνονται πολύ χαμηλούς ήχους. Κάποιοι συνηθισμένοι θόρυβοι στο σπίτι (π.χ. ο θόρυβος του πλυντηρίου ή του μίξερ) μπορεί να τους ενοχλούν ή να τους τρομάζουν και γι' αυτό κλείνουν τα αυτιά τους με τα χέρια τους. Κάποια παιδιά δεν αντέχουν τους δυνατούς θορύβους, ενώ άλλα παιδιά θέλουν να ακούν μουσική σε πολύ δυνατή ένταση.

- Μπορεί να τους αρέσει να μυρίζουν τους άλλους ή κάποια αντικείμενα (π.χ. υλικά από ξύλο, πλαστικό, αρώματα).

- Κάποια παιδιά μπορεί να ακουμπάνε ή να πατάνε με τα δάχτυλά τους συνεχώς κάποια πράγματα, γιατί τους αρέσει να νιώθουν έντονη πίεση στα χέρια τους.

- Άλλα παιδιά θέλουν να τρώνε μόνο τα αγαπημένα τους φαγητά και φοβούνται να δοκιμάσουν καινούριες γεύσεις.

- Κάποια παιδιά χαίρονται, όταν κοιτάζουν λαμπερά αντικείμενα ή κινούμενα σχέδια



και διαφημίσεις στην τηλεόραση.

- Τους αρέσει πολύ να στριφογυρίζουν ή να βλέπουν αντικείμενα να στριφογυρίζουν, όπως οι ρόδες από τα αυτοκινητάκια, οι κορδέλες κλπ.

### • Τα παιδιά με αυτισμό κάνουν στερεοτυπίες;

Πολλά παιδιά με αυτισμό κάνουν στερεοτυπίες, δηλαδή κουνάνε τα χέρια τους, “τινάζουν” το σώμα τους, πηδάνε πάνω-κάτω, περπατάνε στις μύτες των ποδιών τους. Αυτό μπορεί να συμβαίνει όταν χαίρονται, όταν θυμώνουν, όταν έχουν άγχος ή όταν κοιτάζουν κάτι που τους ενδιαφέρει πολύ.

### • Τα παιδιά με αυτισμό έχουν ιδιαίτερες ικανότητες;

- Λίγα παιδιά με αυτισμό έχουν γεννηθεί με ιδιαίτερες ικανότητες, δηλαδή μπορούν να κάνουν πολύ γρήγορα αριθμητικές πράξεις ή μεγάλα παζλ, να παίζουν μουσική ή να ζωγραφίζουν.

- Κι ενώ τα καταφέρνουν πολύ καλά σ’ αυτά, μπορεί να χρειάζονται βοήθεια σε απλά πράγματα, π.χ. πώς να παίζουν μ’ άλλα παιδιά ή να περνάνε το δρόμο με ασφάλεια.

### • Μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά με αυτισμό;

Δεν έχει βρεθεί ακόμη κάποιος τρόπος ή κάποιο φάρμακο που να θεραπεύει τον αυτισμό, αλλά οι δάσκαλοι και οι γονείς των παιδιών με αυτισμό μπορούν να τα βοηθήσουν σε πολλές δυσκολίες τους. Όσο πιο πολύ προσπαθούν, τόσο πιο πολύ θα βοηθήσουν τα παιδιά να μάθουν. Τα παιδιά με αυτισμό μαθαίνουν αργά και γι’ αυτό χρειάζεται πολύ υπομονή. Όμως, με τη δική μας βοήθεια, πολλά πράγματα μπορούν να καλυτερέψουν.



**Ε**δώ θα βρεις τις απαντήσεις μας στις απορίες των παιδιών που συμπλήρωσαν τα ερωτηματολόγια.

### **Γιατί ο αδερφός μου θέλει να είναι μόνος του;**

Πολλά παιδιά με αυτισμό, όταν βρίσκονται με πολλούς ανθρώπους, δυσκολεύονται να καταλάβουν τι συμβαίνει γύρω τους και αναστατώνονται. Για να ηρεμήσουν, μπορεί να θέλουν να είναι μόνοι τους, κάνοντας τα πράγματα που τους αρέσουν πάρα πολύ.



### **Γιατί ο αδερφός μου δεν παίζει μαζί μου;**

Κάποια παιδιά με αυτισμό δε θέλουν να παίζουν με άλλα παιδιά για διάφορους λόγους:

- Μπορεί να μην έχουν καταλάβει πόσο ευχάριστο είναι να παίζουν με άλλα παιδιά.

- Μπορεί να μην ξέρουν πώς να παίξουν μαζί τους, δηλαδή να μην καταλαβαίνουν τους κανόνες των παιχνιδιών ή να μην τους θυμούνται.
- Μπορεί να θέλουν να παίζουν μόνο με τα παιχνίδια που ξέρουν και με τον τρόπο που τους αρέσει.

### **Γιατί ο αδερφός μου παίρνει τα πράγματα μου, χωρίς να με ρωτήσει;**

Πολλά παιδιά με αυτισμό δεν καταλαβαίνουν πώς σκέφτονται οι άλλοι ή τι τους ενοχλεί. Γι' αυτό, πολλές φορές φαίνεται ότι νοιάζονται μόνο για τον εαυτό τους ή ότι θέλουν να "γίνεται το δικό τους".

### **Γιατί ο αδερφός μου δε με κοιτάζει, όταν του μιλάω;**

Τα περισσότερα παιδιά με αυτισμό νιώθουν αμηχανία, γιατί δυσκολεύονται να καταλάβουν το βλέμμα μας, καθώς τους μιλάμε. Αυτό όμως δε σημαίνει ότι δε μας προσέχουν.

### Γιατί ο αδερφός μου δεν απαντάει, όταν τον ρωτάω για κάτι;

Πολλά παιδιά με αυτισμό μπορεί να μην απαντούν αμέσως ή να μην απαντούν καθόλου σε μια ερώτηση. Τις περισσότερες φορές έχουν ακούσει την ερώτηση.

- Μπορεί όμως να μην ξέρουν την απάντηση.
- Μπορεί να μην έχουν καταλάβει ότι εμείς περιμένουμε να μας απαντήσουν.
- Μερικές φορές χρειάζονται λίγο περισσότερο χρόνο, για να σκεφθούν την απάντηση.

### Γιατί ο αδερφός μου δε χαμογελάει, όταν γελάμε κι εμείς;

Τα παιδιά με αυτισμό έχουν “κυριολεκτική σκέψη” και φτωχή φαντασία. Γι’ αυτό, δυσκολεύονται να καταλάβουν παρομοιώσεις, μεταφορές ή υπονοούμενα.

- Συχνά, δεν καταλαβαίνουν τα αστεία που λέμε.
- Δυσκολεύονται να καταλάβουν πώς νιώθουν οι άλλοι και να μοιραστούν μαζί τους τη χαρά ή τη λύπη τους.



### Γιατί ο αδερφός μου μιλάει μόνος του;

Τα πιο πολλά παιδιά με αυτισμό ευχαριστιούνται να μιλάνε μόνος τους, σαν να λένε τις σκέψεις τους φωναχτά. Δεν προσέχουν ποιοι είναι γύρω τους, αν θέλουν να τους ακούν ή τι σκέφτονται. Πολλά παιδιά δεν καταλαβαίνουν ότι κάποια πράγματα δεν πρέπει να λέγονται μπροστά σε άλλους.



### Γιατί ο αδερφός μου δε μιλάει;

Μερικά παιδιά με αυτισμό δε μιλάνε καθόλου. Οι επιστήμονες δε γνωρίζουν την αιτία γι' αυτό. Τα παιδιά που δε μιλάνε μπορεί να καταλαβαίνουν αρκετά πράγματα. Όμως, μπορούν να μάθουν άλλους τρόπους επικοινωνίας, όπως να χρησιμοποιούν εικόνες, για να μας δείξουν τι θέλουν και να καταλαβαίνουν, τι θέλουν οι άλλοι.

### Γιατί ο αδερφός μου θέλει να κάνει τα ίδια πράγματα πολλές φορές;

Στα περισσότερα παιδιά με αυτισμό αρέσει να κάνουν συνέχεια τα ίδια πράγματα με τον ίδιο τρόπο, γιατί αυτό τα βοηθάει να ηρεμούν. Μπορεί να τους αρέσει να παίζουν για πολλή ώρα με το ίδιο παιχνίδι, να κινούν το σώμα τους μπρος - πίσω, να παίζουν με τα χέρια τους ή να επαναλαμβάνουν τις ίδιες λέξεις.

### Γιατί ο αδερφός μου επαναλαμβάνει αυτά που λένε οι άλλοι;

Πολλά παιδιά με αυτισμό επαναλαμβάνουν ακριβώς αυτά που ακούν από τους άλλους ή προσθέτουν δικές τους λέξεις, γιατί έτσι είναι πιο εύκολο να απαντήσουν σε μία ερώτηση ή να συνεχίσουν μία συζήτηση.

### Γιατί ο αδερφός μου επαναλαμβάνει συνεχώς τις ίδιες ερωτήσεις;

Μερικά παιδιά με αυτισμό μπορεί να επαναλαμβάνουν συνέχεια μία ερώτηση, όταν έχουν αγωνία για κάτι. Περιμένουν από μας να τους απαντάμε

κάθε φορά με τα ίδια λόγια, κι αυτό τους ηρεμεί. Για να ακούν, λοιπόν, τα ίδια λόγια και να ηρεμούν, επαναλαμβάνουν την ίδια ερώτηση!

### **Γιατί ο αδερφός μου δε θέλει τις αλλαγές;**

Τα παιδιά με αυτισμό είναι ήρεμα, όταν τα πράγματα γύρω τους είναι σταθερά και ίδια. Όταν γίνονται κάποιες αλλαγές, μπορεί να νιώθουν αγωνία και φόβο. Για παράδειγμα, μπορεί να αναστατώνονται, όταν φοράνε καινούρια ρούχα, όταν αλλάζουν θέση στο αυτοκίνητο, όταν πηγαίνουν στο σχολείο από άλλο δρόμο.



### **Γιατί ο αδερφός μου πετάει ή σπάει πράγματα; Γιατί χτυπάει τον εαυτό του ή τους άλλους;**

Τα παιδιά με αυτισμό πολλές φορές δεν καταλαβαίνουν ότι κάτι που έσπασε δεν ξαναφτιάχνεται ή ότι οι άλλοι μπορεί να νιώθουν άσχημα ή να πονούν. Κάποιες φορές τα παιδιά με αυτισμό δε νιώθουν τον πόνο.

### **Υπάρχουν πολλοί λόγοι γι' αυτές τις συμπεριφορές:**

- Μπορεί να τους ζητάμε να κάνουν κάτι που δεν το καταλαβαίνουν ή τους φαίνεται δύσκολο.
- Ίσως, να προσπαθούν να μας πουν ότι δε θέλουν κάτι.

- Μπορεί να θέλουν να εκφράσουν το θυμό τους.
- Μπορεί να χαίρονται με το θόρυβο που κάνει ένα αντικείμενο, όταν πέφτει ή να ενθουσιάζονται, καθώς το βλέπουν να διαλύεται.

### Γιατί ο αδερφός μου τσιρίζει;

Τα περισσότερα παιδιά με αυτισμό δεν καταλαβαίνουν ότι μπορεί να ενοχλούν τους άλλους με τις φωνές τους.

- Μπορεί με αυτόν τον τρόπο να μας δείχνουν το θυμό τους, τη χαρά τους ή ότι δε θέλουν να κάνουν κάτι.
- Μπορεί να τους αρέσει να ακούν τη φωνή τους.
- Μπορεί να θέλουν κάποιος να τους προσέξει.

### Γιατί ο αδερφός μου με παίρνει από το χέρι, όταν θέλει κάτι;

- Γιατί δεν έχει καταλάβει ακόμη ότι μπορεί να κάνει κάποια πράγματα μόνος του.
- Κάποια παιδιά, ενώ μπορούν να μιλήσουν, προτιμούν να χρησιμοποιούν χειρονομίες. Δεν έχουν καταλάβει ότι μιλώντας μπορούν να εκφράσουν καλύτερα αυτό που θέλουν.



## Κάποιες ιδέες για να εξηγήεις στους άλλους πώς είναι τα παιδιά που έχουν αυτισμό

Όταν οι άλλοι σε ρωτούν για τον αδερφό σου, θα μπορούσες να πεις ότι έχει αυτισμό ή πρόβλημα στην επικοινωνία.

Μπορείς να διαλέξεις κάποια απάντηση από αυτές που έγραψαν άλλα παιδιά ή να σκεφτείς κάτι άλλο με τη βοήθεια του μπαμπά και της μαμάς:

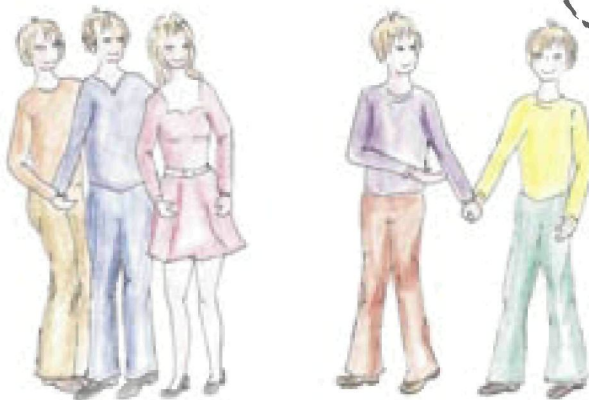
“Έχω μιλήσει στη φίλη μου. Της είπα ότι ο αδερφός μου έχει πρόβλημα και δε μιλάει και ότι του αρέσει να βλέπει κασέτες”.

“Μερικές φορές φέρεται περίεργα, αλλά δεν καταλαβαίνει ότι ενοχλεί”.

“Τους λέω ότι είναι διαφορετική από μας”.

“Χρειάστηκε να τους πω για τις συνήθειές του και για τα παράξενα πράγματα που κάνει”.

“Τους είπα ότι δε μιλάει, αλλά καταλαβαίνει και μιμείται”.





## Το να έχεις έναν αδερφό με αυτισμό, ίσως να σημαίνει ότι κάποιες φορές:

- Μπορεί να νιώθεις ότι τα πράγματα δυσκολεύουν.
- Μπορεί να νιώθεις ότι πρέπει να προστατεύεις τον αδερφό σου ή την αδερφή σου, ακόμη και αν είναι μεγαλύτερος/η από σένα.
- Μπορεί να σκέφτεσαι ότι δεν μπορείς να κάνεις κάποια πράγματα που θα ήθελες, γιατί δεν έχεις ησυχία.
- Μπορεί να σκέφτεσαι ότι οι γονείς σου ασχολούνται περισσότερο με τον αδερφό σου ή την αδερφή σου.
- Μπορεί καμιά φορά να νιώθεις ότι οι γονείς σου σε κουράζουν, γιατί ζητούν πολλά από σένα, όπως να τον προσέχεις ή να τον βοηθάς.
- Μπορεί ακόμη να νιώθεις ότι προσέχουν περισσότερο τον αδερφό σου και νοιάζονται πιο πολύ για εκείνον ή ότι σε μαλώνουν περισσότερο.

Τα παιδιά που έχουν αδέρφια με δυσκολίες μπορεί να έχουν τέτοιες σκέψεις. Αν κάτι απ' όλα αυτά συμβαίνει και σε στενοχω-



## Νά τι έγγραφαν άλλα παιδιά για τα πράγματα που κάνει ο αδερφός τους ή η αδερφή τους και τους κουράζουν:

“Πρέπει να φεύγουμε πολύ γρήγορα από την ταβέρνα”.

“Μου σκίζει τα τετράδια”.

“Με μαλώνουν πιο πολύ από την αδερφή μου”.

“Νομίζουν ότι είναι άτακτος”.

“Φωνάζει δυνατά”.

“Δε μιλάει”.

“Δεν παίζει μαζί μου”.

“Μερικοί άνθρωποι ενοχλούνται που τον βλέπουν και είναι πολύ αγενείς μαζί μας”.

“Όταν έρχονται οι φίλοι μου και δεν τον προσέχω, κάνει φασαρία”.

“Όταν βγαίνουμε έξω, πηγαίνουμε μόνον εκεί που μπορεί να πάει η αδερφή μου. Δεν πηγαίνουμε σινεμά”.

“Δεν καταλαβαίνω τι ζητάει”.

“Μου σβήνει την τηλεόραση”.

## Νά τι έγραψαν τα παιδιά για τα πράγματα που κάνει ο αδερφός τους ή η αδερφή τους και τους αρέσουν:

“Κολυμπάει μόνος του και κάνει βουτιές”.

“Κάνει ποδήλατο”.

“Μαθαίνει κάποια πράγματα σιγά-σιγά”.

“Κάνει ό,τι του πούμε”

“Δεν ενοχλείται, όταν κάνουμε φασαριά”.

“Γελάει συνέχεια”.

“Όταν κλαίω, μου σκουπίζει τα δάκρυα”.

“Βγάζει ήχους τραγουδιών”.

“Μου αρέσει που μαζεύει καπάκια”.

“Έρχεται και κάθεται δίπλα μου”.

“Όταν λέει μια λεξούλα”.

“Όταν με τραβάει από το χέρι για να μου ζητήσει κάτι”.

“Μιλάει αστεία”.

“Τακτοποιεί τα πράγματα του”.

“Κυνηγάμε ο ένας τον άλλον”.

“Μου αρέσει που χαροπηδάει χαρούμενα”.

“Όταν τρώει με το πιρούνι”.

“Όταν κρύβεται στην ντουλάπα”.

“Γολλές φορές είναι αστείος”.

“Μου αρέσει που τώρα τρώει μόνος του”.

“Όταν παίζει και πετάει τα πράγματα πίσω”.

## Αν θέλεις, μπορείς να συμπληρώσεις κι εσύ αυτές τις ερωτήσεις:

Γράψε ένα ή περισσότερα πράγματα που κάνει ο αδερφός ή η αδερφή σου και σου αρέσουν.

---

---

---

---

Γράψε ένα ή περισσότερα πράγματα που κάνεις μαζί με τον αδερφό σου ή την αδερφή σου.

---

---

---

---

Γράψε ένα ή περισσότερα πράγματα που κάνει ο αδερφός σου ή η αδερφή σου και δεν καταλαβαίνεις γιατί τα κάνει.

---

---

---

---

Γράψε ένα ή περισσότερα πράγματα που κάνει ο αδερφός σου ή η αδερφή σου και σε κουράζουν.

---

---

---

---

Χρειάστηκε να μιλήσεις στους φίλους σου για τον αδερφό σου ή την αδερφή σου. Τι τους είπες;

---

---

---

---

Γράψε, αν θέλεις, κάτι όμορφο για τον αδερφό σου ή την αδερφή σου.

---

---

---

---

---

---

# ημερολόγιο

## Για μένα και τον αδερφό μου ή την αδερφή μου

Σ' αυτές τις σελίδες μπορείς να σημειώνεις, όποτε θέλεις, κάποια πολύ σημαντικά πράγματα που συμβαίνουν με τον αδερφό σου ή την αδερφή σου που έχει αυτισμό.

Μπορεί να είναι πράγματα που κάνετε μαζί ή κάποιες δυσκολίες ή ακόμη και κάποια αστεία περιστατικά.

Αν θέλεις, σημείωσε και την ημερομηνία.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page.



A series of 20 horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing.

