

Μετακόμιση και Αυτισμός

Ελένη Λούκουτου – Λογοθεραπεύτρια



Σύνοψη και περιεχόμενο του άρθρου σχετικά με τη μετακόμιση και τον αυτισμό

Το άρθρο αναφέρεται στη μετακόμιση μιας οικογένειας, στην οποία υπάρχει ένα μέλος της με αυτισμό. Η μετακόμιση σε διαφορετικό σπίτι αποτελεί μια αγχώδη διαδικασία για αρκετούς ανθρώπους, αλλά για κάποιο άτομο με αυτισμό, για το οποίο η ρουτίνα είναι κάτι πολύ σημαντικό, η αλλαγή αυτή μπορεί να είναι δύσκολη. Σκοπός αυτού του άρθρου είναι η εξοικείωση των γονέων με εύκολους τρόπους προκειμένου να κάνουν τη μετακόμιση πιο εύκολη για ένα παιδί με αυτισμό. Θα αναφερθούν τρόποι και τακτικές για τη σωστή διαχείριση απέναντι σ' αυτή την αλλαγή και φυσικά ανάλογα με το άτομο, η προσέγγιση θα πρέπει να είναι διαφορετική.

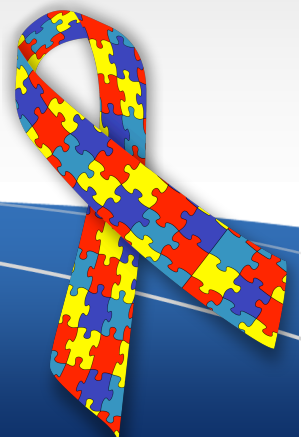
Λέξεις Κλειδιά

Αυτισμός

Είναι μια διάχυτη αναπτυξιακή διαταραχή, που χαρακτηρίζεται από μειωμένη κοινωνική αλληλεπίδραση και επικοινωνία, καθώς και από περιορισμένη, επαναλαμβανόμενη και στερεότυπη συμπεριφορά.

Επικοινωνία

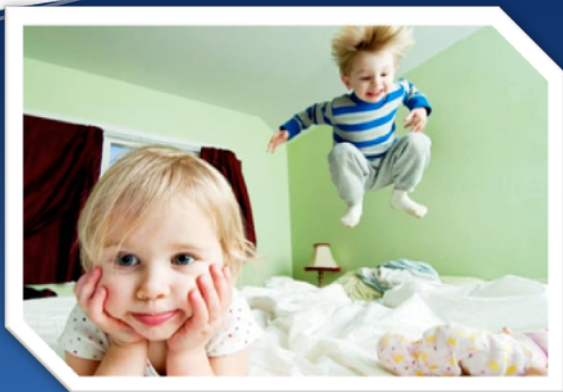
Είναι η διαδικασία αποστολής ενός μηνύματος από έναν πομπό σ ένα δέκτη, χρησιμοποιώντας έναν κώδικα επικοινωνίας.



Για ποιο λόγο μετακομίζουμε;

Θα ήταν χρήσιμο να ξεκινήσετε τη συζήτηση για το λόγο για τον οποίο μετακομίζετε. Αναφερθείτε στους λόγους της μετακόμισης από μια θετική σκοπιά και επικεντρωθείτε σε θέματα που ίσως βοηθήσουν κάποιον με αυτισμό να καταλάβει ότι η κατάσταση γι' αυτόν θα είναι καλύτερη.

Για παράδειγμα, θα μετακομίσουμε γιατί θα έχουμε ένα παραπάνω ευρύχωρο δωμάτιο, έναν μεγάλο, όμορφο κήπο και ότι θα είμαστε πιο κοντά στη δουλειά του μπαμπά. Αυτό σημαίνει ότι θα έχεις περισσότερο χώρο να παίζεις, μακριά από τον θόρυβο των αυτοκινήτων. Ή ακόμη ότι ο μπαμπάς θα έχει πλέον περισσότερο χρόνο να είναι στο σπίτι και να παίζετε μαζί. Θα ήταν εύλογο να σκεφτείτε παρόμοια παραδείγματα, τα οποία θα έχουν σημασία για το παιδί με αυτισμό και θα μπορέσουν να επηρεάσουν την ψυχολογία του.



“Μερικά παιδιά και ενήλικες με αυτισμό δε μπορούν να επεξεργαστούν οπτικά και ακουστικά ερεθίσματα την ίδια στιγμή. Δεν έχουν τη δυνατότητα να δουν και να ακούσουν την ίδια στιγμή. Το νευρικό τους σύστημα δεν είναι αρκετά ώριμο ώστε να μπορεί να επεξεργάζεται ταυτόχρονα ερεθίσματα οπτικά και ακουστικά.”

Ταυτόχρονα επισημάνετε ότι καθημερινά γεγονότα δε θα αλλάξουν για το παιδί. Για παράδειγμα, «θα μπορείς να πας στο ίδιο σχολείο και να έχεις τους φίλους σου μαζί. Κάθε Παρασκευή θα συνεχίσουμε να πηγαίνουμε στο κολυμβητήριο και φυσικά θα έχεις το ίδιο ζεστό παπλωματάκι σου. Οι φίλοι σου θα μπορούν να έρθουν σπίτι σου και να παίξουν μαζί σου». Επισημάνετε του ότι συνήθειες και παιχνίδια θα παραμείνουν τα ίδια.

Το αποτέλεσμα της μετακόμισης

Αρχικά, η οργάνωση αποτελεί σημαντικό παράγοντα για μια τέτοια αλλαγή, γι' αυτό θα πρέπει να καταγράψετε τις αλλαγές, μικρές ή μεγάλες που πρόκειται να γίνουν. Η αλλαγή αυτή μπορεί να είναι μικρή, δηλαδή μετακόμιση στην ίδια περιοχή ή μεγάλη, μετακομίζοντας σε μια τελείως διαφορετική περιοχή. Αν η αλλαγή είναι μεγάλη, τότε αυτό συνεπάγεται όχι μόνο την αλλαγή σε σπίτι αλλά και σε σχολείο, φίλους, τοπικές δραστηριότητες και καταστήματα, οπότε θα πρέπει να καταβάλετε μεγαλύτερη προσπάθεια για να προετοιμάσετε ένα παιδί με αυτισμό γι' αυτή την αλλαγή.



“Αποφύγετε τις σύνθετες προφορικές οδηγίες και τις μακροσκελείς ρηματικές προτάσεις.”

Μεγάλα, σημαντικά πράγματα αλλά και εμφανείς αλλαγές μπορεί να μην επηρεάσουν άτομα με αυτισμό τόσο άμεσα όσο μικρές αλλαγές που για φυσιολογικούς ανθρώπους φαντάζουν ασήμαντες. Για παράδειγμα η μπροστινή πόρτα του σπιτιού, η διαφορετική θέση στους διακόπτες για το φως ή ακόμη και ήχοι που ακούγονται στην περιοχή μπορούν να επηρεάσουν παιδιά με αυτισμό. Γι' αυτό προσπαθήστε να τα προετοιμάσετε προκαταβολικά για την αλλαγή και αν είναι εφικτό ενθαρρύνετε τα να συμμετέχουν κι αυτά στη διαδικασία της μετακόμισης. Για παράδειγμα ζητήστε να μεταφέρουν και τα παιδιά μερικά κιβώτια.



Τι θα συμπεριλαμβάνει η μετακόμιση και πώς να το πείτε

Όσο το δυνατόν πιο γρήγορα μάθετε για την επικείμενη μετακόμιση, θα πρέπει να επιβεβαιώσετε ότι το παιδί με αυτισμό γνωρίζει τον όρο “μετακόμιση”. Δώστε του πληροφορίες σχετικά με αυτό σε μια κατανοητή για αυτό μορφή, όπως εικόνες, φωτογραφίες, αντικείμενα ή ακόμη και κατανοητές για το παιδί λέξεις. Καθώς αναφέρεστε στη μετακόμιση να είστε προσεκτικοί ώστε το λεξιλόγιο που χρησιμοποιείτε να είναι απλό και να μειώσετε έτσι τον κίνδυνο σύγχυσης και πιθανού άγχους.

Ωστόσο μπορεί να βρείτε δύσκολο το να πείτε σ’ ένα παιδί με αυτισμό ότι μετακομίζετε, καθώς πρόκειται για μια αβέβαιη διαδικασία. Θα ήταν χρήσιμο να αρχίσετε να μιλάτε στο παιδί, σταδιακά, σχετικά με τη μετακόμιση και να το ενημερώνετε συχνά, καθώς η μετακόμιση πλησιάζει.

Όταν πλέον η απόφαση για μετακόμιση έχει παρθεί, εξηγήστε τη διαδικασία στο παιδί και διαχωρίστε τη σε διαφορετικά χρονικά στάδια. Μπορείτε να κάνετε το διαχωρισμό σε μήνες, εβδομάδες μέχρι και τη μέρα της μετακόμισης. Σε πολλά άτομα με αυτισμό αρέσει να γνωρίζουν αρκετές λεπτομέρειες. Βασικούς τομείς δυσκολίας για κάποιο άτομο με αυτισμό αποτελούν η αλληλουχία και η σειρά γεγονότων καθώς και η κατανόηση του χρόνου.

Χρησιμοποιείτε οπτική υποστήριξη και ημερολόγια για να βοηθήσουν το παιδί να καταλάβει το χρόνο. Θα ήταν εύλογο να περιμένετε να επιβεβαιώσετε την ημερομηνία μετακόμισης πριν μπειτε σε αυτή τη διαδικασία.



Δημιουργήστε το δικό σας βιβλίο

Ένα πολύ χρήσιμο παράδειγμα είναι η δημιουργία ενός βιβλίου. Συγκεντρώστε όλες τις πληροφορίες που αφορούν τη μετακόμιση στο νέο σπίτι δημιουργώντας έτσι τη δική σας ιστορία!! Μπορείτε να το ονομάσετε με έναν δικό σας τίτλο όπως, “Το καινούριο μας σπίτι” ή “Ο Γιάννης και η οικογένεια του στο νέο τους σπίτι”. Μ’ αυτόν τον τρόπο μπορείτε να απαντήσετε σε τυχόν ερωτήσεις που θα προκύψουν σχετικά με τη μετακόμιση. Μπορείτε να συμπεριλάβετε:

- **Φωτογραφίες** από το καινούριο σπίτι, τον κήπο, το δωμάτιό του κ.ά.
- **Χάρτες**: Σημειώστε σε χάρτη την τοποθεσία του σπιτιού, σχολεία, πάρκα, σπίτια φίλων, το σπίτι της γιαγιάς.
- **Διάταξη του Σπιτιού**: Που βρίσκεται το δωμάτιό του, το μπάνιο.

Τέλος η επίσκεψη του παιδιού στο καινούριο σπίτι μπορεί να βοηθήσει σ’ αυτό το σκοπό.

Ο ρόλος τους κατά τη διάρκεια της μετακόμισης

Μιλήστε στο παιδί σχετικά με τις δουλειές που θα αναλάβει κατά τη διάρκεια της μετακόμισης. Για παράδειγμα θα μπορέσει να βοηθήσει στη συσκευασία των παιχνιδιών του από το δωμάτιο του. Αυτό φυσικά εξαρτάται από το επίπεδο κατανόησης και την ικανότητά του να βοηθήσει.

Η μετακόμιση είναι για όλους μια αγχώδης και πολλές φορές κουραστική διαδικασία. Σε μερικές περιπτώσεις αυτισμού, θα ήταν καλύτερο να μην παρευρίσκονται στο χώρο τη μέρα της μετακόμισης. Παρόλα αυτά θα πρέπει να τους επισημάνετε ότι θα επιστρέψουν στις καθημερινές τους δραστηριότητες όταν επιστρέψουν στο νέο τους σπίτι.

Φυσικά, για άλλα άτομα με αυτισμό θα ήταν καλύτερο να παρευρίσκονται στο χώρο τη μέρα της μετακόμισης, διότι αυτό ίσως τους βοηθήσει στο να κατανοήσουν πώς μεταφέρθηκαν τα προσωπικά τους αντικείμενα. Αν επιλέξετε αυτό, τότε εξηγήστε τους ποια άλλα άτομα θα βοηθήσουν στη μετακόμιση και κάντε τους οικείους με αυτά τα άτομα.



Όταν μετακομίσετε, αν είναι εφικτό, προσπαθήστε να ξεκινήσετε τη διαδικασία συσκευασίας από τα αντικείμενα που βρίσκονται στο δωμάτιο του παιδιού με αυτισμό και φυσικά θυμηθείτε να τακτοποιήσετε τα έπιπλα και αντικείμενά του με τον ίδιο τρόπο και στο ίδιο μέρος που ήταν τοποθετημένα στο προηγούμενο δωμάτιό τους.

Χρήσιμες συμβουλές

Μετά τη μετακόμιση προσπαθήστε να διατηρήσετε τη ίδια ρουτίνα με πριν προκειμένου να βοηθήσετε το παιδί με αυτισμό να εγκλιματιστεί πιο εύκολα και να αποφευχθεί πιθανό άγχος. Είναι πολύ πιθανό να μη παρατηρηθεί κάποια αλλαγή στη συμπεριφορά του παιδιού τον πρώτο καιρό, αλλά μετά από μερικές εβδομάδες αφότου μετακομίσετε.

Ο ρόλος του ειδικού είναι να δώσει στους γονείς όλες τις πληροφορίες για την κατάσταση του παιδιού αλλά και για τις υπηρεσίες που μπορούν να βοηθήσουν ουσιαστικά. Ο ειδικός αναγνωρίζει την ικανότητα των γονέων να γνωρίζουν καλύτερα από τον καθένα το παιδί και τις ανάγκες του και την ικανότητά τους να αποφασίζουν το καλύτερο.



Βιβλιογραφία

Δημοσιεύσεις

Civardi, A. (2000). *First Experiences, Moving House*. London: Usborne

Gray, C. (1994). *The New Social Stories Book: Illustrated edition*. Arlington: Future Horizons Inc

Gray, C. and White, A. L. (2002). *My Social Stories Book*. London: Jessica Kingsley Publishers

Hunter, R. (2004). *Moving House*. London. Evans Publishing Group

Jordan, D. (2000). *Why are we moving home? Coping with growing* audio series. Backbone Productions www.copingwithgrowing.com

Maisner, H. (2004). *We're Moving House (First Time Stories)*. London: Kingfisher

Ιστοσελίδες

www.helpiammoving.com/moving_house/moving_with_kids.php

<http://kidshealth.org/parent/positive/talk/move.html>

<http://www.interdean.com/moving-services/moving-with-children.aspx>