

# Οι εκπαιδευτικοί στόχοι των θεραπευτικών παρεμβάσεων σε εφήβους και νεαρούς ενήλικες στο φάσμα του αυτισμού.

---

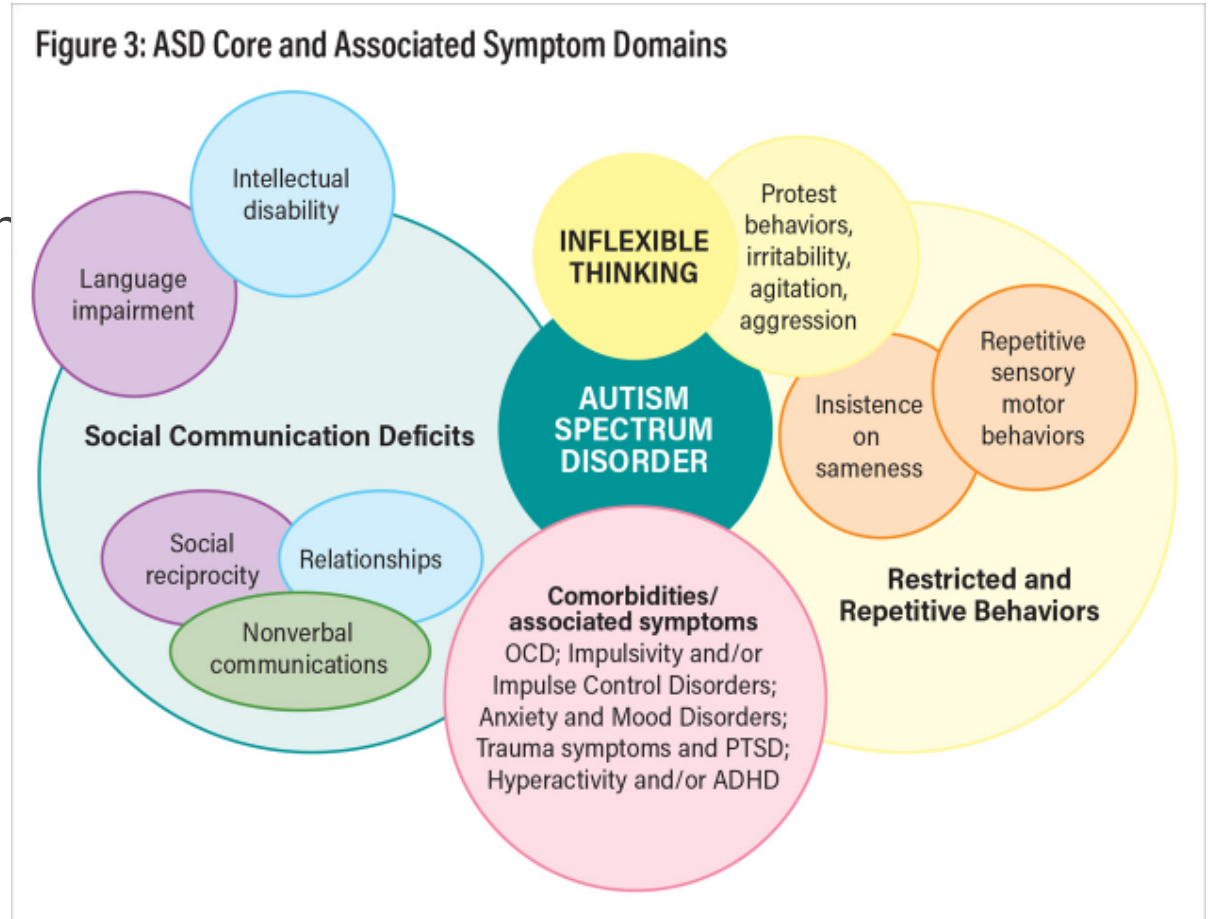
# Αυτισμός και ενηλικίωση

---

- Η Διαταραχή του Αυτιστικού Φάσματος είναι μια **νευροαναπτυξιακή διαταραχή** που χαρακτηρίζεται από **ελλείμματα στην αμοιβαία κοινωνική επικοινωνία** και αλληλεπίδραση καθώς και από **περιορισμένα επαναλαμβανόμενα πρότυπα συμπεριφορών, ενδιαφέροντα και δραστηριότητες**. Όλα τα παραπάνω συνοδεύονται από **δυσλειτουργίες αισθητηριακής επεξεργασίας**.
- Πρόκειται για μια **εφ' όρου ζωής** διαταραχή που επηρεάζει ποικίλους τομείς της ανάπτυξης και της διαβίωσης του ατόμου.
- **Οι στόχοι** των θεραπευτικών παρεμβάσεων **διαφέρουν ανάλογα με το αναπτυξιακό στάδιο του ατόμου και την ηλικία του**. Ωστόσο, απώτερος σκοπός κάθε θεραπευτικής παρέμβασης είναι η καλύτερη προσαρμογή του ατόμου στο περιβάλλον του, η μέγιστη δυνατή ανάπτυξη των δεξιοτήτων του και η ομαλή ένταξή του στην κοινότητα.

# Οι τομείς που επηρεάζονται στα άτομα με ΔΑΦ

- Γλώσσα και επικοινωνία
- Κοινωνική αλληλεπίδραση
- Συναισθηματική κατανόηση και ρύθμιση
- Εκτελεστικές λειτουργίες
- Αισθητηριακή λειτουργία
- Θεωρία του Νου
- Σκέψη – ιδεασμός /Φαντασία



# Οι προκλήσεις της μετάβασης στην ενηλικίωση για τα άτομα με ΔΑΦ

---

- Η μετάβαση από την εφηβεία στην ενηλικίωση
  - Η ανάγκη και η δυσκολία της αυτονομίας
  - Η παράλληλη ηλικιακή ωρίμανση των γονέων
  - Σπουδές & επαγγελματική κατάρτιση
  - Η επαγγελματική αποκατάσταση
  - Η δημιουργία και διατήρηση σχέσεων
  - Η Σεξουαλικότητα
  - Οι περιορισμένες υποδομές για την υποστηριζόμενη διαβίωση ατόμων με ΔΑΦ
- 
- Κοινωνική Συμπερίληψη
- Αυτονομία
- Ποιότητα Ζωής

# Οι στόχοι των θεραπευτικών παρεμβάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση

---

- Οι στόχοι που τίθενται χρειάζεται να είναι **εξατομικευμένοι** και να λαμβάνουν υπόψιν την **μοναδικότητα του ατόμου** και τον τρόπο με τον οποίο φαίνεται να μπορεί να εκπαιδευτεί πιο αποτελεσματικά σε νέες δεξιότητες.
- Οι στόχοι που τίθενται χρειάζεται να **έχουν νόημα για το άτομο**. Η εύρεση και αξιοποίηση των προσωπικών ιδιαίτερων ενδιαφερόντων και των δραστηριοτήτων που δημιουργούν ευχαρίστηση παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στην αύξηση της ποιότητας ζωής και την εμπλοκή του ατόμου στο θεραπευτικό του πρόγραμμα.
- Είναι πολύ σημαντικό να αναγνωρίσουμε και να αποδεχθούμε ότι σε αυτήν την ηλικιακή φάση **το προφίλ και το επίπεδο λειτουργικότητας του ατόμου έχουν παγιωθεί σε σημαντικό βαθμό**.
- Σημασία έχει να εστιάσουμε σε **τομείς που θα ωφελήσουν το άτομο στον τομέα της αυτονόμησης** σεβόμενοι το μέγιστο δυνατό επίπεδο στο οποίο δύναται να φτάσει δεδομένης της βαρύτητας της διάγνωσης ή της ενδεχόμενης συννοσηρότητας.

# Οι στόχοι των θεραπευτικών παρεμβάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση

---

**Πρώθηση της αυτονομίας και των δεξιοτήτων καθημερινής ζωής:**

- Καθημερινές εργασίες φροντίδας και καθαριότητας του χώρου
- Προσωπική Υγιεινή/ αυτοφροντίδα
- Προετοιμασία κολατσιού – γευμάτων
- Παρασκευή ροφημάτων
- Τακτοποίηση/ ταξινόμηση αντικειμένων του χώρου



# Οι στόχοι των θεραπευτικών παρεμβάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση

---

## Πρώθηση της ένταξης και συμμετοχής στην κοινότητα:

- Εξωτερικά προγράμματα (σούπερ – μάρκετ, περίπτερο, φούρνος, λαϊκή αγορά κ.α.)
- Ψυχαγωγικές δραστηριότητες εκτός οικίας ή θεραπευτικού πλαισίου (κινηματογράφος, καφετέρια, Bowling, escape)
- Κυκλοφοριακή αγωγή



\* Αναπόσπαστο μέρος όλων των παραπάνω είναι η **αξιολόγηση των αισθητηριακών δυσκολιών** που αντιμετωπίζει το άτομο ώστε να βρεθούν οι κατάλληλες ρυθμιστικές στρατηγικές διαχείρισης των αισθητηριακών ερεθισμάτων για την καλύτερη δυνατή προσαρμογή του ατόμου σε περιβάλλοντα της κοινότητας και την συμμετοχή του σε δραστηριότητες καθημερινής ζωής.

# Οι στόχοι των θεραπευτικών παρεμβάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση

---

## Ενίσχυση κοινωνικών δεξιοτήτων:

- Αλληλεπίδραση και συνύπαρξη με άλλα άτομα μέσω ομαδικών προγραμμάτων (π.χ. ομάδες κοινωνικοποίησης)
- Προώθηση της συνεργασίας μεταξύ ατόμων για την υλοποίηση μιας κοινής δραστηριότητας
- Εκμάθηση κοινωνικών κανόνων
- Κατανόηση κοινωνικών σημάτων και εξωλεκτικής επικοινωνίας
- Εκμάθηση σύνθετων εννοιών όπως φιλία – δεξιότητες φιλίας ή φλερτ





# Οι στόχοι των θεραπευτικών παρεμβάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση

---

## Επικοινωνία:

- Εκμάθηση ή εμπλουτισμός – διατήρηση ήδη εκμαθημένων εναλλακτικών μορφών επικοινωνίας
- Έμφαση στην επικοινωνία αναγκών ή επιθυμιών, στην αναζήτηση βοήθειας
- Ανάπτυξη αποτελεσματικών στρατηγικών επικοινωνίας (από την επικοινωνία βασικών αναγκών έως τρόπους να ξεκινήσω μια συζήτηση -Τί να ρωτήσω ή πώς να συμπεριφερθώ ανάλογα με το πλαίσιο;)
- Πραγματολογικές δεξιότητες



# Οι στόχοι των θεραπευτικών παρεμβάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση

## Εκτελεστικές λειτουργίες:

- Ενίσχυση της γνωστικής ευελιξίας
- Ενίσχυση δεξιοτήτων οργάνωσης και προγραμματισμού
- Ενίσχυση της προσοχής και συγκέντρωσης
- Ενίσχυση δεξιοτήτων επίλυσης προβλήματος
- Εκπαίδευση σε γνωστικές δεξιότητες που σχετίζονται με την αυτονομία και την συμμετοχή στην κοινότητα (π.χ διαχείριση χρημάτων)

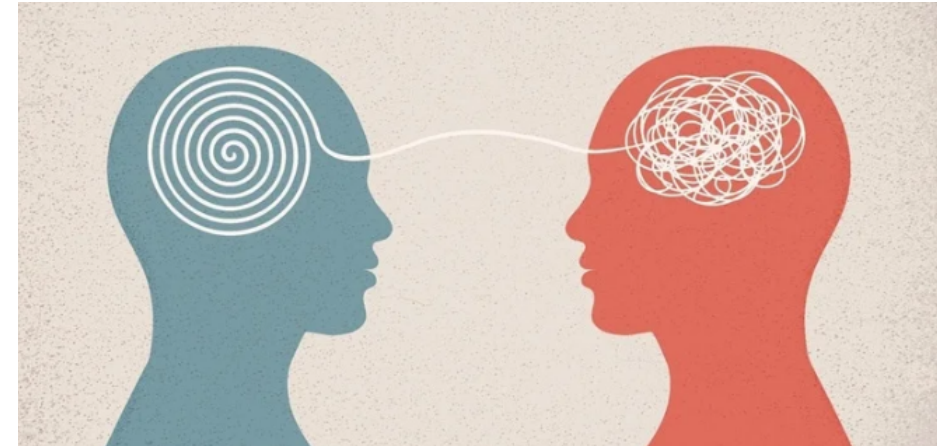


# παρεμβάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση

## Ψυχοθεραπεία:

---

- Συναισθηματική ρύθμιση
- Κατανόηση και αναγνώριση συναισθημάτων στον εαυτό και τους άλλους
- Διερεύνηση εικόνας εαυτού και ενδιαφερόντων
- Αύξηση της ενημερότητας για τις δυσκολίες και τα προτερήματα του ατόμου
- Κοινωνικές δεξιότητες και κοινωνική κατανόηση
- Ενίσχυση ιδεασμού και επίλυσης προβλήματος
- Παροχή συναισθηματικής υποστήριξης και στρατηγικών οργάνωσης για μεταβάσεις όπως σπουδές, εργασία, αυτόνομη διαβίωση



# Παράδειγμα από την συμμετοχή ενήλικα με ΔΑΦ σε πρωινό πολύωρο θεραπευτικό πρόγραμμα.

- ✓ Ο Γιάννης είναι ένας νεαρός 19 ετών με ΔΑΦ (μέσης λειτουργικότητας).
- ✓ Δημοτικό τυπικής ανάπτυξης με παράλληλη στήριξη και μετά αποφοίτηση από ΕΕΕΕΚ.
- ✓ Κινητικότητα και αλλαγές θεραπευτικών πλαισίων - δυσκολία δέσμευσης στις θεραπείες.
- ✓ Ικανότητα για λεκτική επικοινωνία/ λόγος δυσκατάληπτος.
- ✓ Ιδιαίτερα ενδιαφέροντα: Αυτοκίνητα
- ✓ Κίνητρο για δημιουργία κοινωνικών σχέσεων αλλά απρόσφορες κοινωνικές συμπεριφορές (αγγίγματα κατά την αλληλεπίδραση, απότομος κατά την προσέγγισή του σε άλλους, δυσκολία διατήρησης φυσικής απόστασης από τον συνομιλητή).
- ✓ Η επαφή του με την κοινότητα περιορίζεται σε κάποιες βόλτες που κάνει με τα πόδια ή εξόδους για καφέ ή φαγητό μαζί με τους γονείς του.
- ✓ Χαμηλή ανοχή στην ματαίωση (όταν δεν τα καταφέρνει σε μία δραστηριότητα, όταν χάνει σε ένα παιχνίδι, όταν παρερμηνεύει τις προθέσεις των άλλων)

# Παράδειγμα από την συμμετοχή ενήλικα με ΔΑΦ σε πρωινό πολύωρο θεραπευτικό πρόγραμμα.

---

- ☑ Διαθέτει βασικές δεξιότητες και κίνητρο για να εμπλακεί σε δραστηριότητες καθημερινής ζωής αλλά δεν συνεισφέρει σε καμία οικιακή εργασία στο σπίτι διότι παρουσιάζει σημαντικά ελλείμματα σε επίπεδο εκτελεστικών λειτουργιών.
- ☑ Δυσκολία διαχείρισης ελεύθερου χρόνου
- ☑ Δυσκολεύεται να μιλήσει για κάτι διαφορετικό πέραν των ενδιαφερόντων του.
- ☑ Δεν γνωρίζει να κάνει χρήση χρημάτων.
- ☑ Δυσκολεύεται στην κατανόηση κοινωνικών κανόνων και συνθηκών (π.χ. μπορεί να προσφωνεί επίμονα κάποιον στον χώρο την ώρα που ο τελευταίος συνομιλεί με κάποιον άλλο)
- ☑ Δυσκολία συναισθηματικής ρύθμισης και ελέγχου παρόρμησης
- ☑ Έντονο ενδιαφέρον για το άλλο φύλο.

# Παράδειγμα από την συμμετοχή ενήλικα με ΔΑΦ σε πρωινό πολύωρο θεραπευτικό πρόγραμμα.

---

Η Στοχοθεσία του Γιάννη μετά την ένταξή του σε πολύωρο θεραπευτικό πρόγραμμα για άτομα με ΔΑΦ:

- Συμμετοχή σε εξωτερικό πρόγραμμα σούπερ μάρκετ με στόχο την αγορά συγκεκριμένων προϊόντων που θα χρησιμοποιηθούν αμέσως μετά στην προετοιμασία γεύματος.
- Εμπλοκή σε δραστηριότητες ΔΚΖ? στρώσιμο-μάζεμα τραπεζιού, παρασκευή πρόχειρου γεύματος (τοστ, πίτσα), καθαρισμός τζαμιών, έλεγχος του χώρου για τα απαραίτητα αναλώσιμα σε συνεργασία με συνωφελούμενο.
- Συμμετοχή σε πρόγραμμα κηπουρικής με στόχο την εκμάθηση νέων δραστηριοτήτων και την διερεύνηση τυχών νέων ενδιαφερόντων.
- Ψυχοπαιδαγωγικό πρόγραμμα με στόχο την εκμάθηση βασικών κοινωνικών κανόνων εντός του πλαισίου, την ψυχοεκπαίδευση σε σχέση με τα προσωπικά όρια (οριοθέτηση αγγιγμάτων, μετατροπή σε αποδεκτό κοινωνικά χαιρετισμό) και εκμάθηση χρήσης χρημάτων.

# Παράδειγμα από την συμμετοχή ενήλικα με ΔΑΦ σε πρωινό πολύωρο θεραπευτικό πρόγραμμα.

---

Στον τομέα της κοινωνικής επικοινωνίας οι στόχοι που τέθηκαν ήταν:

- Ενίσχυση των πραγματολογικών δεξιοτήτων (απεύθυνση με τον σωστό τρόπο, τη σωστή στιγμή για το σωστό πράγμα ανάλογα με την κοινωνική συνθήκη)
- Καλλιέργεια δεξιοτήτων συζήτησης (αναμονή να ολοκληρώσει ο συνομιλητής, τρόποι σχολιασμού ή εκδήλωσης ενδιαφέροντος για αυτό που λέει)
- Παροχή επιλογών και εναλλακτικών θεματικών συζήτησης πέραν του εξειδικευμένου ενδιαφέροντος.

Για τον τομέα της συναισθηματικής διαχείρισης και αυτορρύθμισης καθώς και για την διαχείριση της ενασχόλησης με την σεξουαλικότητα και το ενδιαφέρον για το άλλο φύλο προτάθηκε η συμμετοχή σε Πρόγραμμα Ψυχοθεραπείας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Ανάπτυξης.

# Η πορεία της στοχοθεσίας

- Χρονικό διάστημα συμμετοχής στο πρόγραμμα: 6 μήνες
- Μείωση της συχνότητας απρόσφορων αγγιγμάτων.
- Αυτοδιόρθωση του ατόμου σε σχέση με τον προσωπικό χώρο.
- Αλλαγή θέματος συζήτησης μετά από παρότρυνση.
- Εξοικείωση με την κοινότητα – προσπάθεια γενίκευσης των βασικών κοινωνικών κανόνων.
- Διαθέσιμες επιλογές για δραστηριότητες- εμπλουτισμός ενδιαφερόντων.
- Ολοκλήρωση ΔΚΖ με μικρή επίσταση.
- Εκμάθηση χρημάτων (αναγνώριση κερμάτων /χαρτονμισμάτων και υπολογισμός ποσών έως 30€).
- Εκπαίδευση σε παιχνίδια κατάλληλα για την ηλικία και το δυναμικό του – διαχείριση ελεύθερου χρόνου.
- Σύναψη φιλίας με συνωφελούμενο.



# Ανάγκη για περαιτέρω εκπαίδευση

---

- ❖ Κοινωνικές δεξιότητες
- ❖ Κοινωνικοί κανόνες
- ❖ Ψυχοεκπαίδευση (συναισθήματα, κοινωνικές καταστάσεις)
- ❖ Εκπαίδευση σε περισσότερες δραστηριότητες καθημερινής ζωής
- ❖ Συντήρηση εκμαθημενών δεξιοτήτων
- ❖ Γενίκευση στο περιβάλλον του σπιτιού
- ❖ Κοινωνική επικοινωνία
- ❖ Διαχείριση συμπεριφορών που προβληματίζουν



# Η σχέση θεραπευτικού πλαισίου και οικογένειας

---

- ❖ Οικογένεια σύμμαχος
- ❖ Σχέση εμπιστοσύνης
- ❖ Ψυχοεκπαίδευση της οικογένειας
- ❖ Συμβουλευτική γονέων
- ❖ Η οικογένεια είναι αρωγός στην γενίκευση δεξιοτήτων
- ❖ Συνεργασία και επικοινωνία με άλλα πλαίσια/ επαγγελματίες που σχετίζονται με το άτομο



# Παραδείγματα στόχων για χαμηλή και υψηλή λειτουργικότητα

## Ενήλικας χαμηλής λειτουργικότητας:

- Εύρεση ενισχυτικών δραστηριοτήτων
- Επικοινωνία βασικών αναγκών/ επιθυμιών
- Οριοθέτηση συμπεριφορών που προβληματίζουν
- Ενίσχυση αυτονομίας στον βαθμό και στους τομείς που αυτό είναι εφικτό
- Εξοικείωση με την συνύπαρξη πολλών ατόμων σε έναν χώρο
- Κατάλληλες προσαρμογές για την ομαλοποίηση αισθητηριακών δυσκολιών
- Εξωτερικά προγράμματα στην κοινότητα

## Ενήλικας υψηλής λειτουργικότητας:

- Ψυχοεκπαίδευση (σχέσεις, φιλία, φλερτ)
- Εκπαίδευση και καθοδήγηση σε χώρους της κοινότητας
- Εξοικείωση με περιβάλλοντα ψυχαγωγίας ταιριαστά στην ηλικία
- Ανάληψη ευθυνών σε σχέση με οικιακές εργασίες
- Καθοδήγηση στην εύρεση αντικειμένου σπουδών
- Αυτόνομη μετακίνηση
- Εκπαίδευση και καθοδήγηση για την επαγγελματική αποκατάσταση
- Ένταξη σε ομάδες συνομιλήκων με στόχο την κοινωνικοποίηση

# Βιβλιογραφία:

---

Anderson, K. A., Sosnowy, C., Kuo, A. A., & Shattuck, P. T. (2018). Transition of individuals with autism to adulthood: A review of qualitative studies. *Pediatrics*, *141*(Supplement\_4), S318-S327.

Friedman, N. D., Warfield, M. E., & Parish, S. L. (2013). Transition to adulthood for individuals with autism spectrum disorder: Current issues and future perspectives. *Neuropsychiatry*, *3*(2), 181-192.

Howlin, P., & Magiati, I. (2017). Autism spectrum disorder: Outcomes in adulthood. *Current opinion in psychiatry*, *30*(2), 69-76.

Shattuck, P. T., Roux, A. M., Hudson, L. E., Taylor, J. L., Maenner, M. J., & Trani, J. F. (2012). Services for adults with an autism spectrum disorder. *The Canadian Journal of Psychiatry*, *57*(5), 284-291.

van Schalkwyk, G. I., & Volkmar, F. R. (2017). Autism spectrum disorders: Challenges and opportunities for transition to adulthood. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, *26*(2), 329-339.

Ελληνικά:

Βογινδρούκας Ι., Φρανσίς Κ., Καραντάνος Γ. «επιμ.» (2022). *Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος: Κλινικά και Εκπαιδευτικά θέματα*. Τόπος έκδοσης: Αφοί Κυριακίδη

Ευχαριστώ πολύ  
για την προσοχή  
σας!