

ΒΟΗΘΕΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΜΕΣΩ ΒΕΛΤΙΩΣΗΣ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΩΝ ΤΟΥΣ ΑΝΑΓΚΩΝ



2018-1-LV01-KA204-046973-P1

IO2 Το Ευρωπαϊκό Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Special Intimacy Needs Educator



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

Συγγραφείς:

*Andre EBOUANEY, Marianna LUCA, Chrystalla PANAYI, Daina
PODZINA, Daniel MURANYI, Giulia SFREDDO, Lonija
KAZLAUSKA, Marianna ARAOUZOU, Maria KOUMPAROU, Oana
DAU-GASPAR, Olena KORZHYKOVA, Ana Isabel HERRANZ
ZENTARSKI*

Οργανισμοί:



CENTRE FOR COMPETENCE
DEVELOPMENT CYPRUS



Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	5
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	7
ΕΝΟΤΗΤΑ 1 – ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΜΑΖΙ ΜΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ	9
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. ΈΝΑΣ ΚΟΙΝΟΣ ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΟΡΟΥ ΤΗΣ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ ΣΕ ΟΛΗ ΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ-ΤΟ ΔΙΕΘΝΕΣ ΚΑΙ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΠΗΡΙΑ	11
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΥΜΒΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ, ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ	15
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. ΗΘΙΚΗ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΣΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ.....	19
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ, ΣΥΛΛΟΓΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΙΤΙΟΛΟΓΗΜΕΝΗ ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ.....	30
ΕΝΟΤΗΤΑ 2 – ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ.....	38
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. ΤΥΠΟΙ ΑΝΑΠΗΡΙΩΝ	40
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. ΝΟΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ	45
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΟΙΚΕΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ ΠΟΥ ΔΙΑΤΙΘΕΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΕΕ.....	48
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΑ ΕΜΠΟΔΙΑ ΑΝΑΠΗΡΙΩΝ.....	55
ΕΝΟΤΗΤΑ 3 - ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΣΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗΣ. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΕΣ ΓΙΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ	62
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΜΑΛΑΚΕΣ/ΟΡΙΖΟΝΤΙΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ (SOFT SKILLS) ΚΑΙ ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΑΦΟΡΑ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΜΑΛΑΚΩΝ/ΟΡΙΖΟΝΤΙΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΣΚΛΗΡΩΝ/ΚΑΘΕΤΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ (HARD SKILLS).....	63
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ: ΠΩΣ ΝΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΕΡΕΣΤΕ ΚΑΙ ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΑΒΕΤΕ ΥΠΟΨΗ	67
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. ΕΜΒΑΘΥΝΣΗ ΣΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΥΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ.....	75
ΕΝΟΤΗΤΑ 4 – ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ	90
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΚΑΙ ΟΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΤΗΣ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ.....	92
ΟΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΤΗΣ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑΣ	93
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. Η ΑΝΑΤΟΜΙΑ ΚΑΙ Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑΣ	97
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ, ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΑ ΈΝΣΤΙΚΤΑ	102
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. ΟΦΕΛΗ ΤΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ ΟΙΚΕΙΟΤΗΤΑΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ	108
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 5. ΕΙΔΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ.....	114
<i>Στάδιο 1 – Εκπόνηση των στόχων.....</i>	<i>115</i>
<i>Στάδιο 2 – Προσδιορισμός των απαραίτητων πόρων.....</i>	<i>116</i>
<i>Στάδιο 3 – Περιγραφή των δραστηριοτήτων.....</i>	<i>117</i>
<i>Στάδιο 4 – Καθορισμός των μεθόδων αξιολόγησης.....</i>	<i>119</i>
ΕΝΟΤΗΤΑ 5 – ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΟΡΕΙΑΣ	127
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ: ΟΔΗΓΙΕΣ, ΣΤΟΧΟΙ, ΜΕΘΟΔΟΙ, ΕΦΑΡΜΟΓΗ	128
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ.....	131
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. ΚΡΙΣΙΜΕΣ ΠΤΥΧΕΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΝΟΣ ΑΤΟΜΟΥ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ.....	138
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΣΤΙΣ ΟΠΟΙΕΣ Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ ΑΝΑΠΤΥΣΣΕΤΑΙ ΣΕ ΜΙΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ	144
ΕΝΟΤΗΤΑ 6 – ΔΙΚΤΥΩΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ.....	150
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΚΟΙΝΟΤΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ	152
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΣ ΟΜΑΔΩΝ-ΣΤΟΧΩΝ ΚΑΙ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΕΝΩΝ ΦΟΡΕΩΝ	158
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΣ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΩΝ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΩΝ.....	163

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΕΙΤΕ	167
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 5. ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕ ΤΑ ΜΕΣΑ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ	172
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	182
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑΣ	188
ΚΛΕΙΔΙ ΑΠΑΝΤΗΣΗΣ	190

Εισαγωγή

Η σεξουαλική εκπαίδευση έχει οριστεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) ως «δράση για την προώθηση της απόκτησης μιας κατάστασης ψυχοσεξουαλικής ευημερίας από ένα άτομο». Μεταξύ των κύριων αιτιών ο ΠΟΥ, αναγνωρίζει το δικαίωμα όλων των ανθρώπων να ενημερώνονται και να σέβονται τα σεξουαλικά δικαιώματα για την επίτευξη του υψηλότερου επιπέδου σεξουαλικής υγείας: έρευνα, λήψη και διάδοση πληροφοριών σχετικά με τη σεξουαλικότητα, λήψη σεξουαλικής εκπαίδευσης, σεβασμός ως προς την σωματική ακεραιότητα, προσωπική επιλογή του συντρόφου, απόφαση αν θα είστε σεξουαλικά ενεργοί ή όχι, συναινετικές σεξουαλικές σχέσεις, επιλογή συναινετικού γάμου, απόφαση για το αν και πότε θα αποκτήσετε παιδιά, αναζήτηση μιας ικανοποιητικής, ασφαλούς και ευχάριστης σεξουαλικής ζωής.

Σκοπός του προτεινόμενου προγράμματος είναι η κατάρτιση κοινωνικών λειτουργών ικανών να προωθήσουν τη σεξουαλική εκπαίδευση στα άτομα με αναπηρία ούτως ώστε να γίνεται κατανοητή με την ολιστική έννοια, ικανοί να παρέχουν επιστημονικές πληροφορίες, προωθώντας την ανάπτυξη ώριμων συμπεριφορών από πληροφορίες και συμπεριφορές που έχουν ληφθεί, προσαρμοσμένες στην οικοδόμηση δίκαιων κοινωνιών.

Η υπόθεση του προγράμματος είναι η πεποίθηση ότι η συναισθηματική και η σεξουαλική εκπαίδευση είναι μια διαδικασία που λαμβάνει χώρα σε μια διαπροσωπική διάσταση και βρίσκει μέσω του διάλογου το κύριο εργαλείο της. Η πληροφόρηση και η σύγκριση με τα άτομα με αναπηρίες είναι η βάση της διαδικασίας γνώσης της ευρείας και περίπλοκης σεξουαλικότητας, ικανής να κατανοήσει τον κόσμο των σχέσεων, των συναισθημάτων, των ατομικών και των πολιτιστικών αξιών.

Η σεξουαλική εκπαίδευση θεωρείται ως δραστηριότητα για την προώθηση της οικοδόμησης ταυτότητας. Ως εκ τούτου, θεωρείται ότι πρέπει να προσαρμοστεί σε περιθωριακές καταστάσεις για να διασφαλιστεί η ατομική αυτοδιάθεση.

Το έργο ενός εργαστηρίου σεξουαλικής εκπαίδευσης που απευθύνεται ειδικά στους κοινωνικούς λειτουργούς γεννήθηκε από την αποδοχή της αίτησής τους για εκπαίδευση και της εκφρασμένης ανάγκης τους για κοινή χρήση στην εκπαιδευτική σχέση με εξαρτώμενα άτομα με αναπηρία.

Τα προβλήματα που εκδηλώνονται από τα άτομα με αναπηρίες δεν σχετίζονται τόσο πολύ με τις δυσκολίες στην άσκηση της σεξουαλικότητας, αλλά στην προσωπική δημιουργία της και στην απόδοση νοημάτων στη συναισθηματικο-σεξουαλική σφαίρα. Το να ζεις τη σεξουαλικότητα κάποιου δεν σημαίνει απλώς ότι μπορείς να ζεις σεξουαλικά συνειδητά, "το να ζεις τη σεξουαλικότητα είναι ένας τρόπος να μεγαλώσεις, να διεκδικήσεις την προσωπικότητά σου, να συνειδητοποιήσεις πλήρως τον εαυτό σου".

Το εργαστήριο αναπτύχθηκε από μια ιδέα της σεξουαλικής εκπαίδευσης ως εκπαίδευσης στην ευαισθητοποίηση του ίδιου του σώματος και του σώματος του άλλου σε μια διαπροσωπική σχέση βασισμένη στον αμοιβαίο σεβασμό, στη γνώση σωστών πληροφοριών σχετικά με την πρόληψη, στην ευαισθητοποίηση όσον αφορά την διαφορά του φύλου κάποιου, στο σεβασμό της διαφορετικότητας, των πεποιθήσεων και των αξιών τους.

Η υλοποίηση του εργαστηρίου πραγματοποιήθηκε βάση της ευρύτερης άποψης της ενίσχυσης του δικαιώματος στην πληροφόρηση όπου νοείται ως προσωπική εκπαίδευση και δημιουργία σχεσιακών πλαισίων για να μοιραστούν εμπειρίες και να αποδώσουν νοήματα, με την πεποίθηση ότι η σεξουαλική εκπαίδευση είναι δικαίωμα όλων.

Μεθοδολογία Εκπαίδευσης

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα θα είναι διαδικτυακό, αλλά τα περιεχόμενα του θα είναι επίσης εκτυπώσιμα για χρήση στην τάξη.

Οι ενότητες του προγράμματος θα παραδίδονται διαδικτυακά, σε ασύγχρονη λειτουργία, με ανάλυση σε διαφορετικές ενότητες που θα πρέπει (όσο το δυνατόν περισσότερο) να σχεδιάζονται για ανεξάρτητη/αυτόνομη μελέτη.

Όλα τα υλικά (διαλέξεις, δραστηριότητες, διαφάνειες κ.λπ.) δίνονται από την αρχή και όχι σταδιακά. Κάθε μαθητευόμενος/η μπορεί να διαχειριστεί αυτόνομα τις μαθησιακές του/της δραστηριότητες, δηλαδή να κατεβάσει και να μελετήσει υλικό και να διεξάγει δραστηριότητες όποτε και όπου θέλει.

Η εκπαίδευση υιοθετεί μια απλή γλώσσα και μια πρακτική προσέγγιση «με το χέρι». Μια εκπαιδευτική στρατηγική πρέπει να αξιοποιεί μια συνδυασμένη προσέγγιση για βέλτιστα αποτελέσματα. Η συνδυασμένη μάθηση σημαίνει ένα μείγμα διαφορετικών μαθησιακών περιβαλλόντων όπου συνδυάζονται μέθοδοι, τεχνικές ή / και πόροι.

ΕΝΟΤΗΤΑ 1 –

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΜΑΖΙ ΜΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

“Είμαστε όλοι διαφορετικοί, κάτι που είναι υπέροχο γιατί είμαστε όλοι μοναδικοί.

Χωρίς την διαφορετικότητα, η ζωή θα ήταν πολύ βαρετή.”

Catherine Pulsifer

ΕΝΟΤΗΤΑ 1 – ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΜΑΖΙ ΜΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

Μαθησιακά αποτελέσματα

Στο τέλος της ενότητας αυτής, ο Ευρωπαίος ειδικός εκπαιδευτής θα είναι σε θέση να:

- Ορίσει την έννοια της αναπηρίας και να προσδιορίσει την [νομοθεσία](#) σχετικά με τα άτομα με αναπηρίες.
- Κατανόηση τη σημασία των σεξουαλικών δικαιωμάτων για τα άτομα με αναπηρίες, ώστε να θεωρούνται ανεξάρτητα άτομα σε όλες τις πτυχές της ζωής.
- Εφαρμόσει τις γνώσεις που έχει αποκτήσει για να βοηθήσει τα άτομα με αναπηρίες να λάβουν καλύτερες αποφάσεις σχετικά με την σεξουαλική τους ζωή.

Υποενότητα 1 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτήν την υποενότητα είναι:

- Να εξοικειωθείτε με τον ορισμό της αναπηρίας και την Ευρωπαϊκή νομοθεσία σχετικά με τα άτομα με αναπηρίες.
- Να κατανοήσετε το πώς αντιμετωπίζονται νομικά οι αναπηρίες, τόσο σε διεθνές όσο και σε Ευρωπαϊκό επίπεδο.
- Να μπορείτε να εφαρμόσετε τις γνώσεις σας για να κατανοήσετε τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες.

Υποενότητα 2 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτήν την υποενότητα είναι:

- Να έχετε γενικές γνώσεις σχετικά με τα ανθρώπινα δικαιώματα και τις διεθνείς συμβάσεις για άτομα με αναπηρίες.
- Να κατανοήσετε την σημαντικότητα των σεξουαλικών δικαιωμάτων για τα άτομα με αναπηρίες για να αποκτήσουν ανεξαρτησία και να θεωρηθούν ενήλικες σε όλα τα επίπεδα.
- Να μπορείτε να εφαρμόσετε τις γνώσεις σας για να κατανοήσετε το γιατί το δικαίωμα στη σεξουαλικότητα είναι σημαντικό για τα άτομα με αναπηρίες.

Υποενότητα 3 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτήν την υποενότητα είναι:

- Να έχετε γενικές γνώσεις σχετικά με τα δικαιώματα και τους κινδύνους που συνεπάγονται από μια ανεξάρτητη σεξουαλική ζωή, με ιδιαίτερη έμφαση στα συγκεκριμένα προβλήματα των ατόμων με αναπηρίες.
- Να κατανοήσετε την σημαντικότητα της εκπαίδευσης των ατόμων με αναπηρίες για να τους ενημερώσετε για τους κινδύνους και τα ρίσκα μιας ανεξάρτητης σεξουαλικής ζωής.
- Να μπορείτε να εφαρμόσετε τις γνώσεις που έχετε αποκτήσει για να βοηθήσετε τα άτομα με αναπηρίες να λάβουν καλύτερες αποφάσεις σχετικά με την σεξουαλική τους ζωή.

Υποενότητα 4 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτήν την υποενότητα είναι:

- Να έχετε γενικές γνώσεις σχετικά με τις κοινωνικό-εκπαιδευτικές υπηρεσίες για τα άτομα με αναπηρίες.

- Να κατανοήσετε την σημαντικότητα της εκπαίδευσης, από κοινωνική και υγειονομική άποψη.
- Να μπορείτε να εφαρμόσετε τις γνώσεις που έχετε αποκτήσει για να ενημερώσετε τα άτομα με αναπηρίες για την σημαντικότητα της εκπαίδευσης για την βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης των ατόμων με αναπηρίες.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. Ένας κοινός ορισμός του όρου της αναπηρίας σε όλη την Ευρώπη-Το διεθνές και Ευρωπαϊκό πλαίσιο του νόμου για την αναπηρία

Ορισμός



Πώς θα ορίζατε τον όρο **αναπηρία**;
Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Σύμφωνα με την Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (UNCRPD¹), τα “Άτομα με αναπηρίες περιλαμβάνουν εκείνους που έχουν μακροχρόνια σωματικά, ψυχικά, διανοητικά ή αισθητηριακά προβλήματα τα οποία, σε αλληλεπίδραση με διάφορα εμπόδια, ενδέχεται να εμποδίσουν την πλήρη και αποτελεσματική συμμετοχή τους στην κοινωνία σε ίση βάση με άλλους”. Οποιοδήποτε είδος αναπηρίας περιλαμβάνεται σε αυτόν τον ορισμό, είτε σωματικός είτε ψυχικός.

Ιστορικά



Φανταστείτε τα προβλήματα που θα αντιμετώπιζε ένα άτομο με αναπηρία πριν από 100 χρόνια.
Δημιουργήστε μια λίστα με 5 διαφορετικές καταστάσεις προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.

Ιστορικά, τα άτομα με αναπηρίες θεωρούνταν ότι έχουν λιγότερα δικαιώματα. Περιορίζονταν στα σπίτια τους, δέχονταν φροντίδα από τις οικογένειές τους, δεν τους επέτρεπαν να πάνε στο σχολείο ούτε να ενταχθούν στην κοινωνία. Εάν δεν είχαν κανέναν που θα μπορούσε να τους φροντίσει, πήγαιναν σε φιλανθρωπικά ιδρύματα ή γίνονταν ζητιάνοι.

Οι κινήσεις για την ένταξη των ατόμων με αναπηρίες ξεκίνησαν μετά το τέλος του Β' Παγκόσμιου Πολέμου. Απευθύνονταν κυρίως στους επιζώντες του πολέμου που είχαν χάσει ένα από τα άκρα τους. Τα άτομα με αναπηρία δεν είχαν ενσωματωθεί μέχρι το

¹ Convention on the Rights of Persons with Disabilities

1975, μετά την "Διακήρυξη για τα δικαιώματα των ατόμων με νοητική στέρωση"²(1971). Έκτοτε, γιορτάζονται διεθνώς το "Έτος των Ατόμων με Αναπηρίες", καθώς και η "Διεθνής Ημέρα των Ατόμων με Αναπηρίες" (3 Δεκεμβρίου).



Η τελευταία δεκαετία του 20^{ου} αιώνα ήταν ιδιαίτερα σημαντική όσον αφορά τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες, με τη δημιουργία πολλών οργανισμών που αγωνίστηκαν για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες. Αυτοί οι οργανισμοί ήταν καλά μέρη για την αναφορά διακρίσεων και μη προσβάσιμων μεταφορών ή χώρων.

Η κατάσταση σήμερα

Στις μέρες μας, υπάρχουν πρωτοβουλίες για την ενθάρρυνση της ένταξης ατόμων με αναπηρίες στην κοινωνία. Υπάρχουν πολλές πρωτοβουλίες προσανατολισμένες στην βελτίωση της προσβασιμότητας, ειδικά για άτομα με προβλήματα κινητικότητας.

Ζητήθηκε από όλες τις χώρες παγκοσμίως να αναγνωρίσουν την Σύμβαση για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες. Κάποιες χώρες επικύρωσαν την προαιρετική συνθήκη, η οποία συνεπάγει την εφαρμογή της Σύμβασης με πιο εξατομικευμένη ανάλυση και αυστηρές τιμωρίες για όσους παραβιάζουν τη συνθήκη. Κάποιες χώρες έχουν συμπεριλάβει μερικά άρθρα στα καταστατικά τους ή σε δηλωμένους νόμους για την εφαρμογή της Σύμβασης για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες.

Σημαντικό να σημειωθεί ότι η **ένταξη** και η **συμπερίληψη** είναι διαφορετικοί όροι. **Ένταξη**, όπως ορίζεται από το Oxford Learner's Dictionary, είναι "η πράξη ή η διαδικασία ένωσης ανθρώπων που είχαν προηγουμένως χωριστεί, συνήθως λόγω χρώματος, φυλής, θρησκείας κ.λπ." **Συμπερίληψη**, από την άλλη πλευρά, είναι όπως ορίζεται από το Oxford Learner's Dictionary, "το γεγονός της συμπερίληψης κάποιου/κάτι, το γεγονός ότι περιλαμβάνεται." Η κύρια διαφορά είναι ότι η χρήση του πρώτου όρου σημαίνει ότι τίποτα δεν έχει υιοθετηθεί στα άτομα με αναπηρίες ενώ η δεύτερη χρήση δείχνει ότι ορισμένα πράγματα έχουν

² <https://www.ohchr.org/EN/ProfessionalInterest/Pages/RightsOfMentallyRetardedPersons.aspx>

Μεταφορά	✓ Όλα τα μέσα μεταφοράς πρέπει να διαθέτουν χώρους για άτομα με αναπηρίες, αν και συνιστάται να αναφέρεται την ανάγκη για προσαρμοσμένο χώρο τουλάχιστον 48 ώρες πριν από την έναρξη της υπηρεσίας. ✓ Άτομα με μειωμένη κινητικότητα μπορούν να υποβάλουν αίτηση για την Ευρωπαϊκή κάρτα στάθμευσης.
Επαγγελματική ζωή	✓ Η νομοθεσία καθορίζει ότι ο χώρος εργασίας πρέπει να είναι προσβάσιμος σε άτομα με αναπηρία. ✓ Αυτή η προσβασιμότητα συνεπάγει για παράδειγμα, ράμπες για αναπηρικά αμαξίδια ή άτομα με μειωμένη κινητικότητα, υπολογιστές με συσκευή ανάγνωσης για άτομα με προβλήματα ακοής.
Κοινωνικές παροχές	✓ Εάν το άτομο με αναπηρίες έχει κάποια πλεονεκτήματα στη χώρα καταγωγής του, αυτά τα οφέλη μπορούν να διατηρηθούν όταν το άτομο μετακινείται εντός της Ευρωπαϊκής Ένωσης.
Εκπαίδευση	✓ Εάν λάβουν υποτροφία Erasmus+ για να σπουδάσουν σε άλλο πανεπιστήμιο, μπορούν να ζητήσουν ο χώρος όπου θα διαμένουν να είναι προσαρμοσμένος στις ανάγκες τους και σε περίπτωση που χρειάζονται να ζητήσουν ένα συνοδό. ✓ Μπορούν να ζητήσουν άλλη επιχορήγηση για να καλύψουν αυτές τις πτυχές, καθώς και ταξιδιωτική ασφάλιση και ιατρική βοήθεια.
Δικαιοσύνη	✓ Εάν είναι τα θύματα, έχουν το δικαίωμα να ενημερώνονται για τα δικαιώματά τους, και ό, τι έχουν στη διάθεσή τους, καθώς και το δικαίωμα στη βοήθεια των θυμάτων, τα οποία μπορούν να τους βοηθήσουν να ξεπεράσουν τα τραύματά τους. ✓ Εάν κατηγορούνται για ένα έγκλημα, έχουν τα ίδια δικαιώματα όπως οι υπόλοιποι.
Ιατρική βοήθεια	✓ Η ιατρική βοήθεια παρέχεται σε όλη την Ευρώπη χωρίς εξαίρεση. Τα δικαιώματα είναι τα ίδια όπως στη χώρα καταγωγής. ✓ Κάθε άτομο που ανήκει στην Ευρωπαϊκή Ένωση έχει το δικαίωμα να έχει τις ίδιες τιμές με τους ντόπιους και να ενημερώνεται για αυτά πριν από την αγορά της υπηρεσίας. ✓ Ως άτομο με αναπηρία, η προσβασιμότητα σε οποιαδήποτε ιστοσελίδα ή εφαρμογή είναι απαραίτητη. Για το λόγο αυτό, η Ευρωπαϊκή Ένωση όρισε τις δημόσιες ιστοσελίδες να είναι προσβάσιμες για όλους εκείνους που έχουν κάποια αναπηρία.

Πολιτικά δικαιώματα	✓ Κάθε άτομο με αναπηρία έχει το δικαίωμα να ψηφίσει είτε βρίσκεται στη χώρα καταγωγής του είτε όχι. ✓ Τα άτομα με αναπηρίες μπορούν να είναι υποψήφιοι που θα ψηφιστούν σε περιφερειακό, εθνικό ή ευρωπαϊκό πλαίσιο.
------------------------	--

Επί του παρόντος, τα άτομα με αναπηρίες έχουν πολλά δικαιώματα που δεν ήταν εφικτά πριν από αιώνες. Ωστόσο, ορισμένα από τα δικαιώματα που αναφέρονται εδώ είναι ακόμα άγνωστα για πολλούς ανθρώπους που ενδέχεται να έχουν υποστεί επιθέσεις στις ιδιαίτερες συνθήκες τους. Αν και η κατάσταση έχει ήδη βελτιωθεί, υπάρχει ακόμη αρκετή δουλειά που πρέπει να γίνει όσον αφορά την ένταξη και συμπερίληψη τους.

Περίληψη – Τι έχουμε μάθει

Σε αυτήν την υποενότητα, έχετε μάθει για την εξέλιξη των ατόμων με αναπηρία μέσω της ιστορίας και της τρέχουσας κατάστασης τους. Έχετε εξετάσει την κατάσταση τους σχετικά με τα μέσα μεταφοράς, την επαγγελματική ζωή, την εκπαίδευση, τις κοινωνικές παροχές, την δικαιοσύνη και την ιατρική περίθαλψη. Έχετε επίσης μάθει να διαφοροποιείται τις έννοιες της ένταξης και της συμπερίληψης.

Πηγές εικόνων:

1. Φωτογραφία από Giammarco Boscaro στο Unsplash

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. Ανθρώπινα Δικαιώματα και Διεθνείς Συμβάσεις για άτομα με αναπηρία, το δικαίωμα στη σεξουαλικότητα

Διαπραγμάτευση της σεξουαλικότητας στη σύμβαση για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες



Πιστεύετε ότι τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες στον τομέα της σεξουαλικότητας αναγνωρίζονται επαρκώς;

Στις 3 Μαΐου 2008, τέθηκε σε ισχύ η [Σύμβαση](#) των Ηνωμένων Εθνών για τα [Δικαιώματα](#) των ατόμων με αναπηρίες. Ως το πρώτο δεσμευτικό μέσο για την αναπηρία, η Σύμβαση περιγράφει πώς τα δικαιώματα που έχουν ήδη κατοχυρωθεί στο Διεθνές Δίκαιο Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων ισχύουν για άτομα με αναπηρίες και αναφέρονται σε τομείς όπου απαιτούνται ειδικές προσπάθειες.



Η Σύμβαση απαριθμεί πολλά δικαιώματα που σχετίζονται άμεσα με τη σεξουαλικότητα, συμπεριλαμβανομένου του δικαιώματος στην υγεία, το δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια του ατόμου, προστασία από εκμετάλλευση, βία και κακοποίηση, και σεβασμός για το σπίτι και την οικογένεια.

Περιέχει επίσης ένα άρθρο που αναφέρεται ρητά στις γυναίκες με αναπηρίες και καλεί για [ευαισθητοποίηση](#) της καταπολέμησης του στιγματισμού. Ωστόσο, τα δικαιώματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα για άτομα με αναπηρίες που περιλαμβάνονται στην τελική έκδοση της Σύμβασης είναι πολύ λιγότερο ρητά και υποστηρικτικά από αυτά που περιλαμβάνονται στο αρχικό σχέδιο.

Τι συνέβη? Οι διαπραγματεύσεις της επιτροπής επηρεάστηκαν από τις κυρίαρχες ιδέες σχετικά με τη σεξουαλικότητα μεταξύ των ατόμων με αναπηρία και γενικότερα της σεξουαλικότητας. Ενώ οι θεωρητικοί και οι ακτιβιστές αναπηρίας διακηρύσσουν όλο και περισσότερο τη σημασία της αναγνώρισης και της υποστήριξης της σεξουαλικότητας σε άτομα με αναπηρίες, ο λόγος που εκπόνησε η Επιτροπή αντικατοπτρίζει πολλές από τις προκαταλήψεις που έχουν ορισμένα άτομα σχετικά με την αναπηρία και τη σεξουαλικότητα.

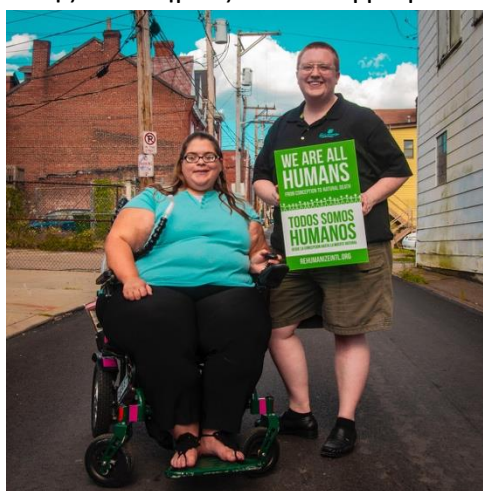
Παρόλο που σταδιακά επιτυγχάνεται περισσότερη αναγνώριση για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος.

Σεξουαλικότητα, ανθρώπινα δικαιώματα και ασφάλεια για άτομα με αναπηρίες

Η Παγκόσμια Έκθεση για την Αναπηρία³ από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και την Παγκόσμια Τράπεζα είναι ένα ορόσημο στην ιστορία του πώς οι επαγγελματίες υγείας πρέπει να κατανοήσουν την αναπηρία. Αυτή η έκθεση σηματοδοτεί την αναγνώριση από την οργανωμένη φροντίδα υγείας ότι οι επαγγελματίες υγείας ενήργησαν με πατερναλιστικό τρόπο έναντι των ατόμων με αναπηρίες, αποφασίζοντας συχνά στη θέση τους τι είναι προς όφελος τους.

Ιστορικά, οι επαγγελματίες υγείας έχουν υποτιμήσει τις ικανότητες των ατόμων με αναπηρία και, βάσει κλινικών παρατηρήσεων, θεωρούσαν την αναπηρία ως ασθένεια, όταν, στην πραγματικότητα, τα περισσότερα άτομα με αναπηρία δεν είναι άρρωστα.

Αυτός ο νέος τρόπος παρατήρησης της αναπηρίας αλλάζει τον τρόπο αλληλεπίδρασης των επαγγελματιών υγείας και των ατόμων με αναπηρίες. Μια βέλτιστη προσέγγιση χειραφέτησης δίνει στα άτομα με αναπηρίες την επιλογή και τον μέγιστο έλεγχο για όλες τις πτυχές της ζωής τους, συμπεριλαμβανομένου της υγείας. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό στον τομέα της σεξουαλικότητας και της αναπηρίας. Οι επαγγελματίες υγείας έχουν θεωρηθεί συνένοχοι στην άρνηση των ατόμων με αναπηρία τα δικαιώματα σεξουαλικής έκφρασης και επιλογής τους. Από τη μία πλευρά, τα άτομα με αναπηρίες έχουν θεωρηθεί ως ασεξουαλικά ή αιώνια παιδιά. Από την άλλη πλευρά, έχουν θεωρηθεί ως σεξουαλικά ανεξέλεγκτοι και δεν μπορούν να ελέγξουν τις σεξουαλικές τους παρορμήσεις. Ωστόσο, η νέα έμφαση στα σεξουαλικά δικαιώματα ως μέρος των ανθρωπίνων δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες μπορεί να δημιουργήσει διλήμματα για ιατρούς που



³ https://www.who.int/disabilities/world_report/2011/report.pdf

φροντίζουν ασθενείς με αναπηρίες, ειδικά σε χώρες με υψηλά ποσοστά σεξουαλικής βίας και AIDS.

Τα σεξουαλικά δικαιώματα περιλαμβάνουν το δικαίωμα να βιώσετε τη σεξουαλικότητα ευχάριστα, το οποίο είναι ουσιώδες από μόνο του, και ταυτόχρονα αποτελεί θεμελιώδες μέσο για την επικοινωνία και την αγάπη μεταξύ των ανθρώπων. Τα σεξουαλικά δικαιώματα περιλαμβάνουν την ελευθερία και την αυτονομία στην υπεύθυνη άσκηση της σεξουαλικότητας. Ερευνητές και επαγγελματίες υγείας υποστηρίζουν αυτές τις απόψεις.



Ποια πιστεύετε ότι είναι ευθύνη των επαγγελματιών υγείας σχετικά με την οικειότητα/σεξουαλικότητα των ατόμων με αναπηρίες;

Αν και είναι εύκολο να ενθαρρύνετε τους επαγγελματίες που εργάζονται στην πρωτοβάθμια **φροντίδα υγείας ή στις υπηρεσίες** που εστιάζουν στο AIDS ή τη σεξουαλική υγεία να είναι πιο ανοιχτοί σε θέματα αναπηρίας, ενδέχεται να αντιμετωπίσουν πολλές προκλήσεις προσπαθώντας να το κάνουν. Πολλοί άνθρωποι, συμπεριλαμβανομένων των γιατρών, **νιώθουν** άβολα να μιλούν για σεξουαλικά ζητήματα, **μια ανησυχία που μπορεί να αυξηθεί στο πλαίσιο της αναπηρίας.**

Γιατί τα σεξουαλικά δικαιώματα είναι ανθρώπινα δικαιώματα για άτομα με αναπηρίες

Η σεξουαλικότητα είναι ένας όρος που περιλαμβάνει "σεξ, ταυτοποίηση φύλου και ρόλων, σεξουαλικό προσανατολισμό, ερωτισμό, ευχαρίστηση, οικειότητα και αναπαραγωγή."

Η σεξουαλικότητα είναι μια κρίσιμη πτυχή της ζωής κάθε ατόμου, είτε έχει αναπηρία είτε όχι. Ωστόσο, για τα άτομα με αναπηρίες, η σεξουαλικότητα δεν θεωρείται προτεραιότητα, καθώς υπάρχουν και άλλες πιο επείγουσες ανησυχίες, όπως η προσβασιμότητα, η εκπαίδευση ή η απασχόληση. Αν και αυτά είναι σημαντικά, η σεξουαλικότητα είναι μέρος της ταυτότητάς μας και της καθημερινής μας ζωής.

Σύμφωνα με την Merry Baruah του οργανισμού Action for Autism,

"Αξίζει να σημειωθεί, ότι συχνά είναι οι γονείς και οι επαγγελματίες οι οποίοι πρέπει να καθοδηγούνται: υπάρχει η αντίληψη ότι τα άτομα με αναπηρίες είναι 'υπερβολικά σεξουαλικά' και μπορούν να αποτελέσουν 'κίνδυνο' για τους άλλους! Από την άλλη πλευρά, θα μπορούσαν να δουν το άτομο ως ανέραστο χωρίς σεξουαλικές ανάγκες."

Ως αποτέλεσμα αυτών των πεποιθήσεων, τα άτομα με αναπηρία δεν θεωρούνται ικανά να λάβουν αποφάσεις για τον εαυτό τους και αποκόπτονται από τη δική τους σεξουαλικότητα.

Ενώ έχει σημειωθεί μεγάλη πρόοδος σε αυτόν τον τομέα, πρέπει να αναγνωριστεί το έργο που πρέπει να γίνει. Η ολοκληρωμένη σεξουαλική εκπαίδευση συχνά αγνοείται. Υπάρχει ένα τεράστιο χάσμα στη γνώση σχετικά με το σώμα και τη σεξουαλικότητα μεταξύ των ηλικιακών ομάδων ατόμων με αναπηρίες.

Η σεξουαλικότητα αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής των ατόμων με αναπηρίες, και η άρνηση αυτής της σύνδεσης είναι η άρνηση ενός θεμελιώδους ανθρώπινου δικαιώματος των ατόμων με αναπηρίες.

Περίληψη – Τι έχουμε μάθει

Σε αυτήν την υποενότητα, έχετε αποκτήσει μια γενική γνώση σχετικά με τα ανθρώπινα δικαιώματα και τις διεθνείς συμβάσεις για τα άτομα με αναπηρίες, καθώς και τη σημαντικότητα των σεξουαλικών δικαιωμάτων για τα άτομα με αναπηρίες ως τρόπου απόκτησης ανεξαρτησίας και αντιμετώπισης ως ενήλικων.

Πηγές εικόνων:

1. Φωτογραφία από Maria Oswalt στο Unsplash

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. Ηθική ευαισθητοποίηση σχετικά με τα δικαιώματα στη σεξουαλικότητα των ατόμων με αναπηρίες.

Σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα



Έχετε αναρωτηθεί ποτέ αν ένα άτομο με αναπηρία μπορεί να είναι καλός γονέας;
Ποια είναι η γνώμη σας για τα κύρια προβλήματα που θα έπρεπε να αντιμετωπίσει;

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) μαζί με την Παγκόσμια Τράπεζα δημοσίευσε το 2011 την πρώτη έκθεση για την αναπηρία, η οποία εξετάζει στοιχεία σχετικά με την κατάσταση των ατόμων με αναπηρίες σε όλο τον κόσμο. Σε αυτήν την έκθεση, μπορούμε να βρούμε το νομικό [πλαίσιο](#) για τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες:

Σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες

Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (CRPD) ορίζει ότι τα άτομα με αναπηρίες έχουν ίση νομική δυνατότητα όπως άλλα άτομα (άρθρο 12), έχουν το δικαίωμα να παντρευτούν, να βρουν μια οικογένεια και να διατηρήσουν τη γονιμότητά τους (άρθρο 23), και να έχουν πρόσβαση σε σεξουαλική και αναπαραγωγική φροντίδα υγείας (άρθρο 25). Η προκατάληψη ότι τα άτομα με αναπηρίες είναι ανέραστα ή αλλιώς ότι πρέπει να ελέγχουν τη σεξουαλικότητά τους και τη γονιμότητα τους είναι ευρέως διαδεδομένη (άρθρο 77). Υπάρχουν ενδείξεις ότι τα άτομα με αναπηρίες είναι σεξουαλικά ενεργά (άρθρο 212), επομένως η πρόσβαση στη σεξουαλική εκπαίδευση είναι σημαντική για την προώθηση της σεξουαλικής υγείας και των θετικών εμπειριών του σεξ και των σχέσεων για όλους.

Πηγή: World Health Organisation. World report on disability. Geneva: World Health Organization; 2001.

Παρά τις νομικές απαγορεύσεις, υπάρχουν πολλές περιπτώσεις ακούσιας στέρωσης που χρησιμοποιούνται για τον περιορισμό της γονιμότητας ορισμένων ατόμων με αναπηρίες, ιδιαίτερα εκείνων με διανοητική αναπηρία, σχεδόν πάντα γυναικών (213-216). Η στέρωση μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ως τεχνική για την διαχείριση της έμμηνου ρύσεως.

Η ακούσια στέρωση ατόμων με αναπηρίες είναι αντίθετη με τα διεθνή πρότυπα για τα ανθρώπινα δικαιώματα. Τα άτομα με αναπηρίες πρέπει να έχουν πρόσβαση σε εθελούσια στέρωση όπως όλα τα άλλα άτομα. Επιπλέον, η στέρωση σπάνια είναι η μόνη επιλογή για τη διαχείριση της εμμηνου ρύσεως ή τον έλεγχο της γονιμότητας

(214). Δεν προσφέρει προστασία από σεξουαλική κακοποίηση ή σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες. Πρέπει να εφαρμοστούν νομικά πλαίσια και μηχανισμοί υποβολής εκθέσεων, έτσι ώστε να διασφαλιστεί ότι όποτε ζητείται στείρωση τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες να γίνονται πάντα σεβαστά έναντι άλλων ανταγωνιστικών συμφερόντων.

Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και δικαιώματα (SRHR) είναι η έννοια των ανθρωπίνων δικαιωμάτων που εφαρμόζονται στη σεξουαλικότητα και την αναπαραγωγή. Είναι ένας συνδυασμός τεσσάρων τομέων: σεξουαλική υγεία, σεξουαλικά δικαιώματα, αναπαραγωγική υγεία και αναπαραγωγικά δικαιώματα. Αυτά τα πεδία αντιμετωπίζονται ως ξεχωριστά, αν και σε πολλές περιπτώσεις είναι αλληλένδετα.



Περισσότεροι από 1 δισεκατομμύριο άνθρωποι, περίπου το 15% του παγκόσμιου πληθυσμού, πάσχουν από κάποια μορφή αναπηρίας. Αν και αυτοί οι άνθρωποι έχουν τα ίδια σεξουαλικά δικαιώματα και επιθυμίες όπως όλοι οι άλλοι, η κοινωνία έχει αγνοήσει και υποβιβάζει τις προσδοκίες και τα δικαιώματά τους σε θέματα σεξουαλικότητας και αναπαραγωγής.

Ποιοι θα μπορούσαν να είναι οι **λόγοι** για την αγνόηση των δικαιωμάτων μιας τόσο μεγάλης ομάδας ανθρώπων;

Τα άτομα με αναπηρίες συχνά **αντιμετωπίζονται ως παιδιά** και θεωρούνται ανέραστα, ανίκανα να αναπαραχθούν ή να αναλάβουν την ευθύνη της φροντίδας των παιδιών τους. Αυτό είναι πιο εμφανές στην περίπτωση των γυναικών με αναπηρίες, οι οποίες στερούνται ευκαιρίες για μητρότητα.

Αν και αναγνωρίζεται ότι η σεξουαλικότητα είναι μια βασική ανθρώπινη ανάγκη, η ευαισθητοποίηση και η γνώση για τη σεξουαλικότητα διαμορφώνονται μέσω μιας σειράς κοινωνικοπολιτισμικών και θρησκευτικών ιδεών και πρακτικών. Άτομα με αναπηρίες στερούνται συστηματικά την πρόσβαση σε γνώσεις σχετικά με την σεξουαλικότητα και την σεξουαλική συμπεριφορά, γεγονός που οδηγεί στην **σεξουαλική περιθωριοποίηση** τους.

Άλλοι παράγοντες έχουν και αυτοί σημαντική επιρροή, όπως η ντροπή, η αυτοπεποίθηση, η επιθυμία ή η έλλειψη αυτής. Άλλα εμπόδια περιλαμβάνουν την εξάρτηση από ένα γνωστό άτομο, το οποίο συχνά είναι μέλος της οικογένειας και το οποίο παραβιάζει την ιδιωτική ζωή και την εμπιστευτικότητα τους.

Τα άτομα με αναπηρίες σπάνια καλούνται να εκφράσουν τα όνειρά τους, τις αισθησιακές ή σεξουαλικές επιθυμίες τους, καθώς υπάρχει η πεποίθηση είναι ότι δεν έχουν καθόλου.

Ως **συνέπεια** αυτής της έλλειψης προβολής, η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και τα δικαιώματα (SRHR) των ατόμων με αναπηρίες έχουν από καιρό αγνοηθεί, συμπεριλαμβανομένου του κινήματος για τα δικαιώματα αναπηρίας, και έχουν παραμεληθεί από κοινωνικές υπηρεσίες και υπηρεσίες υγείας και πρόνοιας, οι οποίες θεωρούν τη σεξουαλικότητα εντός της ιδιωτικής σφαίρας.

Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες στις αρχές του 21^{ου} αιώνα επικεντρώνεται στην οικογενειακή ζωή, χωρίς να αναφέρεται ρητά η σεξουαλικότητα.

Υπήρξαν πρόσφατες βελτιώσεις, **βελτιώσεις**, αλλά εξακολουθούν να μην είναι αρκετές.

Οι συζητήσεις και οι εκστρατείες σχετικά με την σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και τα δικαιώματα (SRHR) για άτομα με αναπηρίες είναι όλο και πιο συχνές και έχουν ενδιαφέρον για το κοινό. Η αναπηρία, η σεξουαλικότητα και τα αναπαραγωγικά δικαιώματα αποκτούν μεγαλύτερη προβολή στις ακτιβιστικές πολιτικές και στις συζητήσεις. Αυτό συμβαίνει μόνο σε πιο ανεπτυγμένες ή υψηλού εισοδήματος περιοχές.



Αυτή η ευαισθητοποίηση καθοδηγείται συχνά από ερωτήματα όπως:

Ποιες συγκεκριμένες στρατηγικές πρέπει να αναπτυχθούν για να διευκολυνθεί η αναγνώριση της σεξουαλικότητας και των αναπαραγωγικών δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες, ιδίως των γυναικών με αναπηρίες;

Πώς μπορούν οι σχετικές υπηρεσίες να είναι διαθέσιμες στα άτομα με

Γυναίκες με αναπηρία και μητρότητα

Σύμφωνα με την τελευταία επίσημη απογραφή ατόμων με αναπηρίες στην Ισπανία, 2,3 εκατομμύρια γυναίκες είχαν κάποιο είδος αναπηρίας. Εάν έχουμε κατά νου ότι πρόκειται για μια αρκετά μεγάλη ομάδα, θα πιστεύαμε ότι το σύστημα υγείας μας θα έπρεπε να έχει προγράμματα που να εγγυώνται την αναπαραγωγικότητα των γυναικών με αναπηρίες. Ωστόσο, οι γυναίκες με αναπηρία αισθάνονται ότι αγνοούνται και υποτιμούνται στο σύστημα δημόσιας υγείας.

Ο λόγος για αυτό μπορεί να είναι ότι η κοινωνία δεν είναι συνηθισμένη στις γυναίκες με αναπηρίες να έχουν παιδιά αφού ιστορικά αυτό συνέβαινε. Για να κατανοήσουμε αυτήν την τάση, πρέπει να λάβουμε υπόψη τους κοινωνικούς και ιατρικούς παράγοντες.

- **Κοινωνικά:** άτομα με σοβαρές αναπηρίες, περιορίζονται στα ιδρύματα, τα οποία περιόρισαν τις δυνατότητες τους για να έχουν σχέση και να δημιουργήσουν οικογένεια.
- **Ιατρικά:** Οι γιατροί είχαν ανησυχίες ότι το φάρμακο που έπαιρναν οι άνθρωποι για την αναπηρία τους θα είχε επιβλαβείς επιπτώσεις στη μητέρα ή το έμβρυο.

Οι γιατροί επίσης δεν λαμβάνουν ειδική εκπαίδευση για τη θεραπεία εγκύων γυναικών με αναπηρίες, αισθάνονται αμήχανα και δεν έχουν τα μέσα για να κάνουν τη δουλειά τους καλά όταν έρθουν αντιμέτωποι με μια υπόθεση στην οποία προσθέτονται φυσικά εμπόδια.

Μπορούμε να συμπεράνουμε ότι υπάρχει ανάγκη αύξησης της ευαισθητοποίησης και της συνεργασίας μεταξύ των ακτιβιστών, της κοινωνίας, των ερευνητών και των επαγγελματιών της υγείας. Οι κρατικοί φορείς πρέπει να αναλάβουν την πρωτοβουλία να ενσωματώσουν την αναπηρία και τη σεξουαλικότητα σε νόμους, πολιτικές και προγράμματα, παρέχοντας έτσι το υπόβαθρο συνεργασίας πολυτομεακής δέσμευσης.

Αναπαραγωγικά δικαιώματα των γυναικών με αναπηρίες – Πλαίσιο για τα ανθρώπινα δικαιώματα

Σε μια διεθνή κοινότητα, η οποία κατευθύνεται προς την μεγαλύτερη αναγνώριση τόσο των ανθρώπινων δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες και των αναπαραγωγικών δικαιωμάτων των γυναικών, πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στα αναπαραγωγικά δικαιώματα των γυναικών με αναπηρία.



Οι γυναίκες με αναπηρία έχουν το δικαίωμα να απολαμβάνουν τα ανθρώπινα δικαιώματα που διασφαλίζονται από το διεθνές δίκαιο. Σύμφωνα με τη Διακήρυξη και το Πρόγραμμα Δράσης της Βιέννης του 1993, «ιδιαίτερη προσοχή» πρέπει να δοθεί στην "μη ύπαρξη [διακρίσεων](#), και στη διασφάλιση της ίσης απόλαυσης όλων των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και των θεμελιωδών ελευθεριών

από τα άτομα με αναπηρίες, συμπεριλαμβανομένης της ενεργού συμμετοχής τους σε όλες τις πτυχές της κοινωνίας." Τα αναπαραγωγικά δικαιώματα είναι μεταξύ αυτών των θεμελιωδών ελευθεριών, συμπεριλαμβανομένου του δικαιώματος στην ισότητα και της μη διάκρισης, του δικαιώματος γάμου και ίδρυσης οικογένειας. το δικαίωμα στην ολοκληρωμένη αναπαραγωγική ιατρική φροντίδα, συμπεριλαμβανομένων του οικογενειακού προγραμματισμού και των υπηρεσιών μητρικής υγείας, της εκπαίδευσης και των πληροφοριών, το δικαίωμα συγκατάθεσης μετά από ενημέρωση

σε όλες τις ιατρικές διαδικασίες, συμπεριλαμβανομένης της στέρωσης και της άμβλωσης και το δικαίωμα να είναι ελεύθεροι χωρίς να υφίστανται σεξουαλική κακοποίηση και [εκμετάλλευση](#).

Επειδή τα κράτη τείνουν να εξισώνουν την ψυχική αναπηρία με την έλλειψη νομικής ικανότητας, η ψυχική αναπηρία απαιτεί ξεχωριστή εξέταση. Οι γυναίκες με ψυχικές αναπηρίες θα πρέπει να συμμετέχουν στη λήψη αποφάσεων σχετικά με τα αναπαραγωγικά τους δικαιώματα στο βαθμό που το επιτρέπουν οι ικανότητές τους. Η σεξουαλική ελευθερία δεν πρέπει να περιορίζεται αδικαιολόγητα και οι υπηρεσίες αναπαραγωγικής υγείας, συμπεριλαμβανομένης της αντισύλληψης, της στέρωσης και της άμβλωσης, δεν πρέπει να επιβάλλονται με βία ή εξαναγκασμό.

Σε ακραίες περιπτώσεις ψυχικής αναπηρίας, το άτομο θα πρέπει να αξιολογείται από ειδικευμένους εμπειρογνώμονες, υπό περιοδική επανεξέταση. Εάν έχει καθοριστεί ότι μια γυναίκα δεν μπορεί να συναινέσει σε αποφάσεις σχετικά με την αναπαραγωγικότητα της, εκείνοι που θα λαμβάνουν εκ μέρους της αποφάσεις θα πρέπει να σέβονται τις ατομικές της ανάγκες. Κάθε ενέργεια που περιορίζει τα αναπαραγωγικά δικαιώματα μιας γυναίκας πρέπει να είναι όσο το δυνατόν ελάχιστη και να μην βασίζεται στην ευκολία των άλλων.

Άλλωστε, οι διασκέψεις των Ηνωμένων Εθνών κατέληξαν σε διεθνείς συμφωνίες σχετικά με τα αναπαραγωγικά δικαιώματα. Αν και δεν είναι δεσμευτικά όπως οι Συνθήκες, αυτά τα έγγραφα συναίνεσης αποτελούν [απόδειξη](#) της αναγνώρισης των κρατών ότι πρέπει να λάβουν συγκεκριμένα μέτρα για να διασφαλίσουν ότι τα δικαιώματα αναπαραγωγής



προστατεύονται, γίνονται σεβαστά και εκπληρώνονται. Ομοίως, υπάρχει μια ποικιλία ειδικών διεθνών εγγράφων συναίνεσης που αφορούν τα δικαιώματα των ατόμων με ειδικές ανάγκες και τις δεσμεύσεις των κρατών για την υλοποίησή τους. Πρόκειται για ψηφίσματα της Γενικής Συνέλευσης των Ηνωμένων Εθνών, συμπεριλαμβανομένης της [Διακήρυξης](#) για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες, των βασικών κανόνων για την ισότητα ευκαιριών για τα άτομα με αναπηρίες, των Αρχών για την προστασία των ατόμων με ψυχική ασθένεια και την βελτίωση της ψυχικής περίθαλψης και το παγκόσμιο πρόγραμμα δράσης για τα άτομα με αναπηρίες.



Πιστεύετε ότι ένα άτομο με νοητική αναπηρία μπορεί να αποφασίσει εάν θέλει να αποκτήσει παιδί; Εάν όχι, ποιος πιστεύετε ότι πρέπει να λάβει την

Σχέσεις

Το δικαίωμα να παντρευτεί και να κάνει οικογένεια με την ελεύθερη συγκατάθεση και των δύο συζύγων είναι θεμελιωμένο στο διεθνές δίκαιο. Η Οικουμενική Διακήρυξη των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και το Διεθνές Σύμφωνο για τα Ατομικά και Πολιτικά Δικαιώματα εγγυώνται το δικαίωμα να παντρευτούν και να φτιάξουν μια οικογένεια. Η Οικουμενική Διακήρυξη των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων, το Σύμφωνο Πολιτικών Δικαιωμάτων και το Διεθνές Σύμφωνο για τα Οικονομικά, Κοινωνικά και Πολιτιστικά Δικαιώματα απαιτούν περαιτέρω την ελεύθερη συγκατάθεση των συζύγων.

Διεθνή έγγραφα συναίνεσης:

Πρόγραμμα Δράσης του Διεθνούς Συνεδρίου για τον Πληθυσμό και την Ανάπτυξη (στο εξής "Πρόγραμμα Δράσης ICPD")⁴

Αρχή 5.5: Οι κυβερνήσεις πρέπει να αναλάβουν αποτελεσματική δράση για την εξάλειψη κάθε μορφής εξαναγκασμού και διακρίσεων σε πολιτικές και πρακτικές... Η βοήθεια πρέπει να παρέχεται σε άτομα με αναπηρίες κατά την διάρκεια των οικογενειακών δικαιωμάτων και ευθυνών τους.

Οι Βασικοί Κανόνες



Κανόνας 9 - Τα κράτη πρέπει να προωθήσουν την πλήρη συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία στην οικογενειακή ζωή. Θα πρέπει να προωθήσουν το δικαίωμά τους στην προσωπική ακεραιότητα και να διασφαλίσουν ότι οι νόμοι δεν κάνουν διακρίσεις εις βάρος ατόμων με αναπηρίες σχετικά με τις σεξουαλικές σχέσεις, το γάμο και τη γονεϊκότητα.

Τα άτομα με αναπηρίες δεν πρέπει να στερηθούν το δικαίωμα να γίνουν γονείς. Λαμβάνοντας υπόψη ότι τα άτομα με αναπηρίες ενδέχεται να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στο να παντρευτούν και να δημιουργήσουν οικογένεια, τα κράτη θα πρέπει να ενθαρρύνουν τη διαθεσιμότητα κατάλληλης συμβουλευτικής.

Εθνικοί νόμοι και πολιτικές: ζητήματα και προκλήσεις

Το θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα του γάμου και της οικογένειας, έχει συχνά στερηθεί στις γυναίκες με αναπηρίες. Το διεθνές δίκαιο για τα ανθρώπινα δικαιώματα

⁴ Programme of Action of the International Conference on Population and Development, Cairo, Egypt, 5-13 September 1994, in Report of the International Conference on Population and Development, at chapter 7, para. 3, U.N. Doc. A/CONF.171/13/Rev.1, U.N. Sales No. 95.XIII.18 (1995) [hereinafter "ICPD Programme of Action"].

καθιστά σαφές ότι τα κράτη δεν μπορούν να περιορίσουν τους ενήλικες να παντρευτούν, ούτε να επιτρέπουν γάμους χωρίς την συγκατάθεση των συζύγων. Ωστόσο, στο βαθμό που μια γυναίκα με αναπηρίες μπορεί να συναινέσει στο γάμο, έχει το δικαίωμα να το πράξει. Οι νόμοι που απαγορεύουν το γάμο και το να γίνει κάποιος γονιός για όλες τις γυναίκες με διανοητική αναπηρία, ανεξάρτητα από το αναπτυξιακό τους επίπεδο, είναι υπερβολικά ευρείς και άσκοπα περιοριστικοί. Οποιοσδήποτε περιορισμός στο δικαίωμα μιας γυναίκας με σωματική αναπηρία να παντρευτεί και να κάνει οικογένεια αποτελεί παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων της.

Σεξ επί πληρωμής



*Τι πιστεύετε για το σεξ επί πληρωμής ως τρόπο αντιμετώπισης των σεξουαλικών και συναισθηματικών αναγκών των ατόμων με αναπηρία;
Σκεφτείτε τον εαυτό σας, θα το χρησιμοποιούσατε σε περίπτωση που το είχατε ανάγκη;*

Υπάρχουν ακόμα πολλά στίγματα που συνδέονται με άτομα με αναπηρίες που έχουν σχέσεις. Τα άτομα με αναπηρίες πρέπει να γίνονται αποδεκτά όταν έχουν σχέσεις. Αυτό πρέπει να αναδειχθεί περισσότερο προς τα έξω πιο φυσικά και επικοινωνητικά.

Για πολλά άτομα με αναπηρίες, οι ιερόδουλοι αποτελούν την μόνη πιθανότητα τους για σεξουαλική επαφή. Όπως είπε ο Ash King, γεννημένος με μια σοβαρή μυϊκή κατάσταση: «Δεν μπορούσα να κάνω κάποιον να ερωτευτεί μαζί μου αλλά θα μπορούσα τουλάχιστον να μάθω για τη δυναμική μου στο σεξ και περισσότερα για τις γυναίκες πληρώνοντας μια ιερόδουλη. »

Υπάρχουν ορισμένοι ιστότοποι για άτομα με αναπηρίες για εύρεση ασφαλών σεξουαλικών υπηρεσιών εύκολα. Ένα παράδειγμα αυτής της υπηρεσίας είναι ο βρετανικός ιστότοπος <http://tlc-trust.org.uk>, όπου, εκτός από την πρόσληψη ιερόδουλων, παρέχουν νομικές συμβουλές σε μελλοντικούς χρήστες. Αυτό είναι σημαντικό επειδή, ανάλογα με τη χώρα, η πληρωμή σεξουαλικών υπηρεσιών είναι παράνομη (για παράδειγμα, στη Βόρεια Ιρλανδία).



Εκτός από τη δυσκολία εύρεσης κατάλληλου συντρόφου, τα άτομα με αναπηρίες πρέπει επίσης να αντιμετωπίσουν άλλα ταμπού, για παράδειγμα, ντροπή, ειδικά οι γυναίκες. Αυτό οφείλεται στην εκπαίδευση των γυναικών στις περισσότερες χώρες, για το φόβο ότι θα παρενοχληθούν σεξουαλικά και τον κίνδυνο μιας εγκυμοσύνης.

Σε όλα αυτά, πρέπει να προσθέσουμε το κόστος που έχουν οι σεξουαλικές υπηρεσίες, μια πρόσθετη δυσκολία για τα άτομα με αναπηρίες, που συνήθως έχουν προβλήματα πρόσβασης στην αγορά εργασίας, λόγω της κατάστασής τους.

Σε ορισμένες χώρες, η κυβέρνηση παρέχει κεφάλαια για την κάλυψη των σεξουαλικών υπηρεσιών για άτομα με αναπηρίες. Για παράδειγμα, στην Ολλανδία, η κυβέρνηση καλύπτει έως και 12 περιπτώσεις σεξουαλικών υπηρεσιών ανά έτος. Η πρώτη νομική πρωτοβουλία αυτού του είδους είναι ένα μη κερδοσκοπικός οίκος ανοχής αποκλειστικά για άτομα με αναπηρίες, που ξεκίνησε στο Ηνωμένο Βασίλειο το 2014.

Είναι παράνομο να μην υποστηρίζετε τα άτομα με αναπηρίες στο να απολαμβάνουν τις ίδιες απολαύσεις όπως οι υπόλοιποι, οι οποίοι τις απολαμβάνουν στην ιδιωτικότητα των σπιτιών τους.

Νόμος περί ισότητας 2010, νόμος για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα 1998

Σεξουαλική βοήθεια έναντι πορνείας



Ποια είναι η διαφορά μεταξύ της σεξουαλικής βοήθειας και της πορνείας;

Προσπαθήστε να βρείτε κάποιες διαφορές πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Στην Ισπανία, υπάρχουν ορισμένες ΜΚΟ που ειδικεύονται στη σεξουαλική βοήθεια για άτομα με αναπηρίες. Ένας από αυτούς τους οργανισμούς είναι η Tandem Team, στη Βαρκελώνη. Σύμφωνα με αυτό, η φιγούρα του σεξουαλικού βοηθού είναι πολύπλοκη, καθώς είναι κάτι μεταξύ βοηθού, εραστή, φίλου, έμπιστου ατόμου, αν και για πολλούς ανθρώπους είναι μόνο η πορνεία. Για αυτό το λόγο, ένα πρώτο βήμα για την ομαλοποίηση της φιγούρας αυτής θα μπορούσε να είναι η αλλαγή του ονόματος σε προσωπική και ερωτική υποστήριξη.

Είναι απαραίτητο να γίνει διάκριση μεταξύ της σωματικής και της ψυχικής αναπηρίας. Αυτό το σημείο είναι ζωτικής σημασίας όσον αφορά τη σεξουαλική βοήθεια. Υπάρχει μια ένωση που ειδικεύεται σε περιπτώσεις εκπαιδευόμενων ατόμων που ονομάζεται Aspasia Canarias. Αυτή η ένωση έχει αναπτύξει ένα ποικίλο φάσμα για να φέρει τη σεξουαλικότητα πιο κοντά στους χρήστες της, όπου προτείνει εργαστήρια και συνέδρια, διοργανώνει παιχνίδια με ρόλους τους οποίους διανέμει μεταξύ των συμμετεχόντων. Και μην ξεχνάτε τις οικογένειες οι οποίες σε πολλές περιπτώσεις έχουν περάσει πολλά. Έχουν γίνει αναφορά στον τομέα, βασισμένες σε ένα μοντέλο μέγιστου επαγγελματισμού.

Προς την νομιμοποίηση

Στην Ευρώπη, τα μοντέλα της Ολλανδίας, του Βελγίου ή της Δανίας λειτουργούν σχεδόν όπως τις ισπανικές εμπειρίες. Στην Ελβετία, οι επιδοτήσεις στον τομέα έχουν ρυθμιστεί, γεγονός που οδήγησε στην τυποποίηση της διαδικασίας, επιβάλλοντας ορισμένους κανόνες, για παράδειγμα, το μέγιστο μηνιαίας συμμετοχής.

Ορισμένοι συμμετέχοντες είναι αντίθετοι στην είσοδο του κράτους σε αυτήν τη δραστηριότητα. Επειδή προβλέπουν ότι το κράτος με κανονισμούς ή κανόνες θα πέσει στον τυπικό πατερναλισμό και θα μειώσει την υπάρχουσα ελευθερία. Άλλοι, ωστόσο, προτείνουν την ενσωμάτωση της σεξουαλικής βοήθειας στο σύστημα.

ΛΟΑΤΚΙ

Ο όρος ΛΟΑΤΚΙ προέρχεται από τις λέξεις: Λεσβίες, Ομοφυλόφιλοι, Αμφιλόφιλοι/ες, Τρανς, Κουίρ και Ίντερσεξ. Άτομα ΛΟΑΤΚΙ με αναπηρίες αντιμετωπίζουν διπλή διάκριση. Σε πολλές περιπτώσεις, υφίστανται διακρίσεις εντός της ίδιας της κοινότητας ΛΟΑΤΚΙ. Τα άτομα με αναπηρίες ερωτεύονται, νιώθουν ευχαρίστηση, έχουν το δικαίωμα αναπαραγωγής και επομένως να έχουν σεξουαλικότητα. Ωστόσο, η σεξουαλικότητά τους δεν λαμβάνεται υπόψη λόγω της λανθασμένης πεποίθησης ότι δεν έχουν.



Αυτό μπορεί να προκαλέσει τη μείωση της ευαισθητοποίησης για την ύπαρξη Σεξουαλικών Μεταδιδόμενων Νοσημάτων (ΣΜΝ) και του ιού της ανθρώπινης ανοσοανεπάρκειας (HIV), και μεγαλύτερη δυσκολία αυτοχαρακτηρισμού ως ΛΟΑΤΚΙ. Είναι απαραίτητο να προωθηθεί η σωστή σεξουαλική εκπαίδευση, που να απευθύνεται με προσωπικό τρόπο σε άτομα με αναπηρίες και στους συγγενείς τους για την προώθηση και υπεράσπιση των ανθρωπίνων, σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες.

Σεξουαλική παρενόχληση, επίθεση και ενδοοικογενειακή βία



Πιστεύετε ότι ένα άτομο με αναπηρία έχει περισσότερες πιθανότητες σεξουαλικής κακοποίησης από ένα άτομο χωρίς αναπηρία;
Δικαιολογήστε την απάντησή σας.

Τα άτομα με αναπηρίες είναι πιο ευάλωτα στη σεξουαλική επίθεση σε σύγκριση με το ευρύ κοινό, και στοχεύονται λόγω των σωματικών ή ψυχικών προβλημάτων που έχουν. Οι γυναίκες με αναπηρίες, "ανεξάρτητα από την ηλικία, τη φυλή, την εθνικότητα, τον σεξουαλικό προσανατολισμό ή την τάξη τους", δέχονται επίθεση και βιάζονται σε διπλάσιο βαθμό από τις γυναίκες χωρίς αναπηρίες.⁵

Εκτιμάται ότι το 25% των παιδιών με αναπηρία θα κακοποιηθούν σεξουαλικά πριν από την ηλικία των 18 ετών. Εκτιμάται επίσης ότι μόνο το 20% αυτών των περιστατικών αναφέρεται. Ο αριθμός αυτός είναι δέκα φορές υψηλότερος από τον πληθυσμό των ατόμων χωρίς αναπηρίες.

Στις περισσότερες περιπτώσεις, η κακοποίηση προκαλείται από στενά μέλη της οικογένειας του ατόμου με αναπηρία. Υπολογίζεται ότι το 10% των κοριτσιών με διανοητική αναπηρία είναι θύματα αιμομιξίας. Μελέτες δείχνουν ότι το 50% των γυναικών με αναπηρία έχουν υποστεί πολλαπλά περιστατικά σεξουαλικής κακοποίησης. Αυτοί οι αριθμοί είναι τόσο υψηλοί επειδή οι κακοποιοί είναι γνωστοί με τα άτομα με αναπηρίες.⁶



Τα στατιστικά στοιχεία σχετικά με τη σεξουαλική κακοποίηση ατόμων με αναπηρίες είναι επίσης υψηλά, επειδή το προσωπικό και οι εξαρτώμενοι γονείς δεν είναι επαρκώς εκπαιδευμένοι για να εντοπίσουν τη σεξουαλική κακοποίηση και συγκεκριμένες αναπηρίες περιορίζουν το άτομο από την έκφραση της εμπειρίας. Εκτός αυτού, τα περισσότερα προγράμματα εστιάζουν

στον «ξένο κίνδυνο», το οποίο είναι αναποτελεσματικό, επειδή οι περισσότερες σεξουαλικές επιθέσεις προέρχονται από τον οικείο κύκλο του ατόμου.

Αναφέρονται όλο και περισσότερες περιπτώσεις σεξουαλικής κακοποίησης ατόμων με αναπηρίες, για αυτόν τον λόγο διάφοροι οργανισμοί αναλαμβάνουν δράση. Υπάρχουν

⁵ (Sobsey, 1994; Cusitar, 1994) (December 2011). "A PRACTICAL GUIDE FOR CREATING TRAUMA-INFORMED DISABILITY, DOMESTIC VIOLENCE AND SEXUAL ASSAULT ORGANIZATIONS" (PDF). Disability Rights Wisconsin. p. 10. Retrieved August 18, 2012.

⁶ Baladerian, Nora J. (December 1991). "Sexual Abuse of People with Developmental Disabilities". *Sexuality and Disability*. 9 (4): 323–335. doi:10.1007/BF01102020.

σεμινάρια για την πρόληψη της σεξουαλικής κακοποίησης ατόμων με αναπηρίες, σύμβουλοι κακοποίησης παιδιών, διασκέψεις σχετικά με αναπηρίες και οργανισμούς σεξουαλικότητας. Οι κυβερνητικές υπηρεσίες κοινωνικών φορέων βοηθούν επίσης τα άτομα με αναπηρίες τα οποία έχουν υποστεί σεξουαλική κακοποίηση.

Περίληψη – Τι έχουμε μάθει

Σε αυτήν την ενότητα, έχετε αποκτήσει μια γενική γνώση σχετικά με τα δικαιώματα και τους κινδύνους που συνεπάγονται από μια ανεξάρτητη σεξουαλική ζωή από τα άτομα με αναπηρίες και τη σημασία της εκπαίδευσης των ατόμων με αναπηρίες για να τους ενημερώσετε για αυτούς τους κινδύνους.

Πηγές εικόνων:

1. Φωτογραφία από bady qb στο Unsplash
2. Φωτογραφία από Nathan Anderson στο Unsplash
3. Φωτογραφία από Suhyeon Choi στο Unsplash
4. Φωτογραφία από Sandy Millar στο Unsplash
5. Φωτογραφία από Nick Fewings στο Unsplash
6. Φωτογραφία από Yoan Hornung στο Unsplash
7. Φωτογραφία από Sydney Sims στο Unsplash

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. Κοινωνική εκπαίδευση για άτομα με αναπηρία, συλλογισμός και αιτιολογημένη λήψη αποφάσεων για την ποιότητα των κοινωνικο-εκπαιδευτικών υπηρεσιών



Πιστεύετε ότι η αναπηρία είναι ένα πρόβλημα που επηρεάζει μόνο το άτομο με την αναπηρία ή νομίζετε ότι επηρεάζει ολόκληρη την κοινωνία; Σκεφτείτε το πριν συνεχίσετε την ανάγνωση.

Ιστορικά, η αναπηρία αντιμετωπίστηκε ως ατομικό πρόβλημα. Επί του παρόντος, η αναπηρία αντιμετωπίζεται από κοινωνική σκοπιά. Δηλαδή, η αναπηρία καθορίζεται από τις αλληλεπιδράσεις του ατόμου και του περιβάλλοντός του. Η αναπηρία δεν σημαίνει ότι μια δραστηριότητα δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί. Οι αναπηρίες αντιπροσωπεύουν μερικούς περιορισμούς που δεν χρειάζεται να εμποδίζουν μια υγιή και ομαλή ζωή.

Σε αυτό το πλαίσιο, η παρέμβαση του Κοινωνικού Εκπαιδευτή είναι πολύ σημαντική ως υποστήριξη για να βοηθήσει το άτομο με αναπηρία να οικοδομήσει ένα έργο αξιοπρεπούς και ολοκληρωμένης ζωής. Ο τύπος παρέμβασης μπορεί να είναι άμεσος, για το άτομο ή την ομάδα ατόμων με αναπηρίες ή για την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας. Ο καθορισμός των ρόλων που πρέπει να διαδραματίσει ένας επαγγελματίας κοινωνικής εκπαίδευσης σε αυτόν τον τομέα είναι ένα πολύπλοκο έργο, λόγω διαφόρων παραγόντων, όπως:

- 1) Οι διαφορετικές αντιλήψεις της αναπηρίας, που προϋποθέτουν την εκπαιδευτική σχέση που έχει δημιουργηθεί με το άτομο με αναπηρία. Στις μέρες μας, η συμμετοχή των ατόμων με αναπηρίες προστατεύεται σε όλους τους τομείς της κοινωνίας. Με άλλα λόγια, η έλλειψη προσαρμογής της κοινωνίας είναι αυτό που εμποδίζει τα άτομα με αναπηρίες να αναπτυχθούν και να προσαρμοστούν στο περιβάλλον τους.
- 2) Η ποικιλομορφία των απαιτήσεων και αναγκών των ατόμων με αναπηρίες λόγω της ποικιλίας των τύπων αναπηριών (κινητικών, αισθητηριακό-οπτικών, ακουστικών, πολυαισθητηριακών-, ψυχικών, οργανικών, ψυχοσυμπεριφορικών ...), μπορεί να συμβεί ταυτόχρονα σε κάποια άτομα.
- 3) Η ποικιλομορφία των περιβαλλόντων που έχουν διαμορφωθεί ώστε να εξυπηρετούν άτομα με αναπηρίες: εργασία (ειδικό κέντρο εργασίας, υποστηριζόμενη απασχόληση, υπηρεσίες επαγγελματικής ένταξης ...), κέντρα ημερήσιας φροντίδας (επαγγελματικό κέντρο, κέντρο ημέρας ...), στέγαση (κατοικίες, διαμερίσματα για ανεξάρτητη διαβίωση...), εκπαίδευση (προσαρμοσμένη επαγγελματική εκπαίδευση...), ψυχαγωγία και ελεύθερος χρόνος, οικογένεια, κοινότητα. Σε κάθε ένα από αυτά τα περιβάλλοντα, υπάρχουν σημαντικές διαφορές στις οργανωτικές πτυχές, οι οποίες προϋποθέτουν την άσκηση διαφορετικών ρόλων ή λειτουργιών από τους επαγγελματίες. Αυτές οι διαφορές οφείλονται κυρίως στους ανύπαρκτους νομικούς κανονισμούς για αυτού του τύπου υπηρεσίες.

Από την ανάλυση και την ερμηνεία των νομικών κειμένων και των διαφόρων θεσμικών εμπειριών και της αναθεωρημένης έρευνας, μπορούμε να κάνουμε μια προσέγγιση με τις κοινές λειτουργίες που μπορούν να εκτελέσουν ο εκπαιδευτής και ο κοινωνικός εκπαιδευτής στον τομέα της παρέμβασης με άτομα με αναπηρία. Μπορούμε να χωρίσουμε αυτές τις λειτουργίες σε τρία επίπεδα:

1. Λειτουργίες που αναφέρονται στην παρέμβαση των ατόμων με αναπηρίες. Η λειτουργία του κοινωνικού εκπαιδευτή θα επικεντρώνεται στην συνοδεία των ατόμων με αναπηρίες κατά την διαδικασία κοινωνικοποίησης τους προκειμένου να διευκολυνθεί η πρόσβασή τους στον πολιτισμό και η ένταξη στην κοινωνία, λαμβάνοντας υπόψη την ταυτότητά τους, τις ανάγκες και τις απαιτήσεις τους, καθώς και εκείνες του περιβάλλοντος και τις σχέσεις μεταξύ τους.
2. Λειτουργίες που αναφέρονται στα άτομα και στο περιβάλλον. Είναι σημαντικό να συνεργαστείτε με το περιβάλλον και με την κοινότητα. Είναι θέμα ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των διαφόρων κοινωνικών περιπτώσεων για να καταστεί δυνατή η ομαλοποίηση και η κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρίες. Η εργασία με την κοινότητα έχει μεγάλη σημασία, καθώς εάν η κοινότητα δεν αλλάζει στάσεις απέναντι στην αναπηρία και προσαρμόζεται στις ανάγκες ολόκληρου του πληθυσμού, θα είναι δύσκολο για ένα άτομο με αναπηρία να επιτύχει πλήρη ένταξη.
3. Λειτουργίες που αναφέρονται στον αντικατοπτρισμό σχετικά με την εκπαιδευτική πράξη. Ο κοινωνικός εκπαιδευτής πρέπει να αντικατοπτρίζει την επαγγελματική του πρακτική, τόσο ατομικά όσο και ως ομάδα.



Εν κατακλείδι, ο ρόλος του κοινωνικού εκπαιδευτή στον ποικίλο και περίπλοκο τομέα των αναπηριών είναι σημαντικός. Η ενίσχυση του εκπαιδευτικού ρόλου στην παρέμβαση με άτομα με αναπηρίες θα βοηθούσε στην εξάλειψη της ευημερίας, εξαιρουμένων και πρακτικών διαχωρισμού που, αν και διακριτικά, γίνονται όλο και πιο συχνές σε αυτόν τον τομέα.

Περίληψη – Τι έχουμε μάθει

Σε αυτή την υποενότητα, έχετε αποκτήσει μια γενική γνώση σχετικά με τις κοινωνικο-εκπαιδευτικές υπηρεσίες για άτομα με αναπηρίες και έχετε κατανοήσει τη σημασία της εκπαίδευσης, από κοινωνική και υγειονομική άποψη.

Πηγές εικόνων:

1. Φωτογραφία από Audi Nissen στο Unsplash

Αυτοαξιολόγηση

1. Επιλέξτε τη σωστή απάντηση.
Τα άτομα με αναπηρίες περιλαμβάνουν εκείνους που έχουν:
α) Μακροχρόνια σωματικά, ψυχικά, διανοητικά ή αισθητηριακά προβλήματα τα οποία μπορούν να εμποδίσουν την πλήρη και αποτελεσματική συμμετοχή τους στην κοινωνία
β) Οποιαδήποτε ασθένεια που τους εμποδίζει να ζήσουν μια φυσιολογική ζωή
γ) Οποιοσδήποτε σωματικές ή ψυχικές διαταραχές που μπορεί να τους εμποδίσουν να έχουν μια φυσιολογική ζωή
δ) Διανοητικά ή αισθητηριακά προβλήματα τα οποία επηρεάζουν την καθημερινότητα τους.
2. Οι κινήσεις για την ένταξη των ατόμων με αναπηρίες ξεκίνησαν τον 19^ο αιώνα.
Σωστό Λάθος
3. Το δικαίωμα στη σεξουαλικότητα αναφέρεται στη Σύμβαση για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες (CRPD) το 2004.
Σωστό Λάθος
4. Υπάρχει μια ευρεία πεποίθηση ότι ένα άτομο με αναπηρία δεν έχει σεξουαλική επιθυμία λόγω των μειονεκτημάτων του.
Σωστό Λάθος
5. Συμπληρώστε το κενό
Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες (CRPD) ορίζει ότι τα άτομα με αναπηρίες έχουν ίσες νομικές δυνατότητες όπως άλλα άτομα, έχουν το δικαίωμα να παντρευτούν και να βρουν μια οικογένεια, να διατηρήσουν την γονιμότητα τους και να έχουν πρόσβαση στην σεξουαλική και _____ φροντίδα υγείας
6. Συμπληρώστε το κενό
Μελέτες δείχνουν ότι το _____ των γυναικών με αναπηρία έχουν βιώσει πολλαπλά περιστατικά σεξουαλικής κακοποίησης
7. Επιλέξτε την απάντηση που δεν ισχύει:
Ο καθορισμός των ρόλων που πρέπει να διαδραματίσει ένας επαγγελματίας κοινωνικής εκπαίδευσης σε αυτόν τον τομέα είναι μια περίπλοκη εργασία, λόγω:
α) Διαφορετικών αντιλήψεων της αναπηρίας
β) Ποικιλομορφίας απαιτήσεων και αναγκών των ατόμων με αναπηρίες λόγω διαφορετικών μορφών αναπηρίας
γ) Ποικιλομορφίας περιβάλλοντων που έχουν διαμορφωθεί ώστε να παρίστανται άτομα με αναπηρία
δ) Έλλειψης χρημάτων από τις κυβερνήσεις για την αντιμετώπιση θεμάτων που σχετίζονται με την αναπηρία

Δραστηριότητες Εκπαίδευσης στην Τάξη

Εργαλεία και απαιτούμενο υλικό για τις δραστηριότητες

- Υπολογιστή/ tablet/ κινητό (smartphone)
- Σύνδεση στο διαδίκτυο
- Μέσα για τη λήψη σημειώσεων (αναλογικά/ ψηφιακά – κατά προτίμηση)



Δραστηριότητα 1

Βάλτε τον εαυτό σας στη θέση ενός ατόμου με αναπηρίες.

Δημιουργήστε ομάδες 3 ή 4 ατόμων. Ζητήστε τους την επόμενη φορά που θα πάνε από το σπίτι στη δουλειά ή στο σχολείο, πρέπει να φανταστούν ότι έχουν αναπηρία. Κάθε ομάδα θα καλύπτει μια διαφορετική αναπηρία, για παράδειγμα, χρήστες αναπηρικών αμαξιδίων, άτομα με προβλήματα όρασης ή ακοής. Ζητήστε τους να δουν τις λεπτομέρειες, για παράδειγμα, ψηλά πεζοδρόμια, σκαλοπάτια, μοτοσικλέτες ή ποδήλατα που είναι σταθμευμένα στη μέση του πεζοδρομίου...

Κάθε ομάδα κάνει μια λίστα με τα εμπόδια που αντιμετώπισαν και τα συζητά με την υπόλοιπη τάξη. Στο τέλος, οι μαθητές βγάζουν συμπεράσματα.



Δραστηριότητα 2

Παρακολουθήστε την ταινία ή το τρέιλερ της ταινίας “Margarita with a Straw”, 2014, Σκηνοθέτης: Shonali Bose.

Τρέιλερ: <https://www.youtube.com/watch?v=6zy3F0WVDK0>.

Αυτή η ταινία αφορά μια νεαρή επαναστάτρια γυναίκα με εγκεφαλική παράλυση που φεύγει από την Ινδία για να σπουδάσει στη Νέα Υόρκη. Στο ταξίδι της για αυτογνωσία, ερωτεύτηκε απροσδόκητα.

Μετά την ταινία, οι μαθητευόμενοι δίνουν τη γνώμη τους για την εμπειρία της Μαργαρίτας. Υπήρχε κάτι που τους εξέπληξε;



Δραστηριότητα 3

Παρακολουθήστε το ακόλουθο βίντεο:

<https://www.youtube.com/watch?v=7PwvGfs6Pok>



Προβληματιστείτε για το τι λέει η Danielle Sheypuk σχετικά με τα προβλήματα τα οποία αντιμετωπίζει όταν θέλει να έχει ένα ραντεβού.

Γλωσσάριο – Ενότητα 1

- **Αναγνώριση:** Αποδοχή της αλήθειας ή της ύπαρξης ενός θέματος.
- **Αναπηρία:** Μια φυσική ή ψυχική κατάσταση που περιορίζει τις κινήσεις, τις αισθήσεις ή τις δραστηριότητες ενός ατόμου. Ένα μειονέκτημα ή αδυναμία, ειδικά αυτό που επιβάλλεται ή αναγνωρίζεται από το νόμο.
- **Βοήθεια:** Η παροχή χρημάτων, πόρων ή πληροφοριών για βοήθεια κάποιου.
- **Δήλωση:** Γραπτή δημόσια ανακοίνωση των προθέσεων ή των όρων μιας συμφωνίας.
- **Διάκριση:** Η άδικη ή προκατειλημμένη μεταχείριση διαφορετικών κατηγοριών ατόμων, ειδικά λόγω φυλής, ηλικίας ή φύλου.
- **Δικαιώματα:** Ένα ηθικό ή νομικό δικαίωμα να έχεις ή να κάνεις κάτι.
- **Εκμετάλλευση:** Η ενέργεια ή το γεγονός της αντιμετώπισης κάποιου άδικα, προκειμένου να επωφεληθούν από την εργασία τους.
- **Επίθεση:** Πραγματοποίηση μιας φυσικής επίθεσης.
- **Ευαισθητοποίηση:** Γνώση ή αντίληψη για μια κατάσταση ή γεγονός.
- **Ηθική:** Ένα σύνολο ηθικών αρχών, ειδικά εκείνων που σχετίζονται με ή επιβεβαιώνουν μια συγκεκριμένη ομάδα, πεδίο ή μορφή συμπεριφοράς.
- **Νομοθεσία:** Νόμοι, θεωρημένοι συλλογικά.
- **Παρενόχληση:** Επιθετική πίεση ή εκφοβισμός.
- **Περιθωριοποίηση:** Μεταχείριση ενός ατόμου, ομάδας ή ιδέας ως ασήμαντη ή περιφερειακή.
- **Πλαίσιο:** Μια βασική δομή στην οποία βασίζεται ένα σύστημα, μια ιδέα ή ένα κείμενο.
- **Πολιτική:** Μια πορεία ή αρχή δράσης που υιοθετείται ή προτείνεται από έναν οργανισμό ή ένα άτομο.
- **Πρόβλημα/Δυσκολία:** Η κατάσταση ενός γεγονότος που επηρεάζεται.
- **Προσβασιμότητα:** Η ποιότητα της δυνατότητας πρόσβασης ή εισχώρησης ή χρήσης ατόμων με αναπηρία.
- **Σύμβαση:** Συμφωνία μεταξύ κρατών που καλύπτουν συγκεκριμένα θέματα, λιγότερο επίσημη από μια συνθήκη.

ΕΝΟΤΗΤΑ 2 –

ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

ΕΝΟΤΗΤΑ 2 – ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

Μαθησιακά αποτελέσματα

Στο τέλος αυτής της ενότητας, ο Ευρωπαίος εκπαιδευτής για τις ανάγκες στήριξης σε θέματα σχέσεων θα είναι σε θέση να:

- Αναγνωρίσει τους τύπους αναπηριών όπως δηλώνονται σε ολόκληρη την ΕΕ (Ευρωπαϊκή Ένωση) και στη χώρα καταγωγής των εκπαιδευόμενων.
- Αναγνωρίσει ποιες υπηρεσίες οι οποίες σχετίζονται με την οικειότητα μπορούν να λάβουν τα άτομα με αναπηρίες βάσει νόμου στην ΕΕ.
- Μάθει για τις βέλτιστες πρακτικές εκπαιδευτικών μαθημάτων σε όλη την ΕΕ σχετικά με τις αναπηρίες και την οικειότητα.
- Κατανοήσει πως οι αναπηρίες επηρεάζουν την οικειότητα και την ανθρώπινη εμπειρία σε κοινωνικό και ψυχολογικό επίπεδο βάσει της έρευνας του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας.
- Να εφαρμόσει την γνώση που επιτεύχθηκε βοηθώντας άτομα με διαφορετικά είδη αναπηριών να αποκτήσουν γνώσεις και να κατανοήσουν τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά τους δικαιώματα.

Υποενότητα 1 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Ο εκπαιδευόμενος γνωρίζει τον ορισμό της ΕΕ για τους τύπους αναπηριών καθώς και τις γενικές στατιστικές της ΕΕ για τα άτομα με αναπηρίες.
- Ο εκπαιδευόμενος είναι σε θέση να αναγνωρίσει και να προσεγγίσει διαφορετικές ομάδες ατόμων με αναπηρίες. Ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να εξηγήσει θέματα που αφορούν την οικειότητα σε άτομα με αναπηρία.
- Ο εκπαιδευόμενος θα κατανοήσει τη συνολική κατάσταση σχετικά με τα άτομα με αναπηρίες στην ΕΕ. Ο εκπαιδευόμενος θα κατανοήσει πως συγκεκριμένες αναπηρίες μπορούν να επηρεάσουν την ποιότητα της οικειότητας.

Υποενότητα 2 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Ο εκπαιδευόμενος γνωρίζει το νομικό πλαίσιο των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες.
- Ο εκπαιδευόμενος θα μπορεί να συγκρίνει τη νομοθεσία σε διάφορες χώρες της ΕΕ.
- Ο εκπαιδευόμενος θα καταλάβει πώς λειτουργούν οι διάφορες μορφές νομοθεσίας για την υποστήριξη των σεξουαλικών δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες.

Υποενότητα 3 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Ο εκπαιδευόμενος θα γνωρίζει πόσες χώρες της ΕΕ προσφέρουν υπηρεσίες σεξουαλικής βοήθειας στους πολίτες τους με αναπηρίες και πώς μπορεί να ληφθεί η υπηρεσία.

- Ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να βοηθήσει άτομα με αναπηρίες να λαμβάνουν οι ίδιοι τις γνώσεις και τις υπηρεσίες.
- Ο εκπαιδευόμενος θα αντιληφθεί ποιες είναι οι βέλτιστες πρακτικές των εκπαιδευτικών μαθημάτων και των προγραμμάτων για άτομα με αναπηρίες.

Υποενότητα 4 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Ο εκπαιδευόμενος γνωρίζει πως οι διαφορετικοί τύποι αναπηριών επηρεάζουν την ικανότητα ατόμου για να συμπεριληφθεί στην κοινωνία.
- Ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να ξεκινήσει μια συζήτηση για τα ψυχολογικά και κοινωνικά ζητήματα που συνοδεύουν τις αναπηρίες.
- Ο εκπαιδευόμενος θα αντιληφθεί πως λειτουργούν οι αναπηρίες στην δική του κοινότητα.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 1. Τύποι αναπηριών

Όπως ίσως γνωρίζετε ήδη, ο ενιαίος **ορισμός και η ταξινόμηση της αναπηρίας** ήρθε αρκετά αργά – αναπτύχθηκε κατά το δεύτερο μισό του 20^{ού} αιώνα, επομένως μπορεί κανείς να πει, δεν υπήρχε επίσημη αναγνώριση των ατόμων με αναπηρία ως μέρος της «φυσιολογικής» κοινωνίας. Η **Διεθνής Ταξινόμηση Λειτουργικότητας, Αναπηρίας και Υγείας** επίσης γνωστή ως ICF, είναι μια ταξινόμηση των στοιχείων λειτουργίας της υγείας και της αναπηρίας. Η Παγκόσμια Συνέλευση Υγείας στις 22 Μαΐου του 2001 ενέκρινε το "ICF". Αυτή η ταξινόμηση δημιουργήθηκε για πρώτη φορά το 1980 και στη συνέχεια ονομάστηκε Διεθνής Ταξινόμηση των Βλαβών, Ανικανοτήτων και Αναπηριών ή ICIDH από τον ΠΟΥ για να παρέχει ένα ενοποιητικό πλαίσιο για την ταξινόμηση των στοιχείων λειτουργίας της υγείας και της αναπηρίας. Ακολούθως δημοσιεύτηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) η Διεθνής Ταξινόμηση Λειτουργικότητας, Αναπηρίας και Υγείας (ICF) το 2001 και αντικατέστησε την προηγούμενη.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) ορίζει την αναπηρία ως:

Η λέξη "Αναπηρίες" είναι ένας **όρος ομπρέλα**, όπου καλύπτει διάφορα προβλήματα/δυσκολίες, **περιορισμούς δραστηριότητας και συμμετοχής**. Μια δυσκολία είναι ένα πρόβλημα στη λειτουργία του σώματος ή τη δομή του. Ένας περιορισμός δραστηριότητας είναι μια δυσκολία που αντιμετωπίζει ένα άτομο στην εκτέλεση μιας εργασίας ή μιας ενέργειας. Ενώ ένας περιορισμός συμμετοχής είναι ένα πρόβλημα που αντιμετωπίζει ένα άτομο όταν εμπλέκεται στις διάφορες καταστάσεις της ζωής. Έτσι, η αναπηρία είναι ένα πολύπλοκο φαινόμενο, που αντανακλά μια αλληλεπίδραση μεταξύ των χαρακτηριστικών του σώματος ενός ατόμου και των χαρακτηριστικών της κοινωνίας στην οποία ζει.

Όσον αφορά την **ΕΕ (Ευρωπαϊκή Ένωση)** δεν υπάρχει επίσημος ορισμός ειδικά για την Ευρώπη, επομένως ο ΠΟΥ και η **UNCRPD** (Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία) είναι νόμιμα σε ολόκληρη την επικράτεια της

Οκτώ γενικά είδη αναπηρίας που αναγνωρίζονται μεταξύ των χωρών της ΕΕ (Ευρωπαϊκή Ένωση):

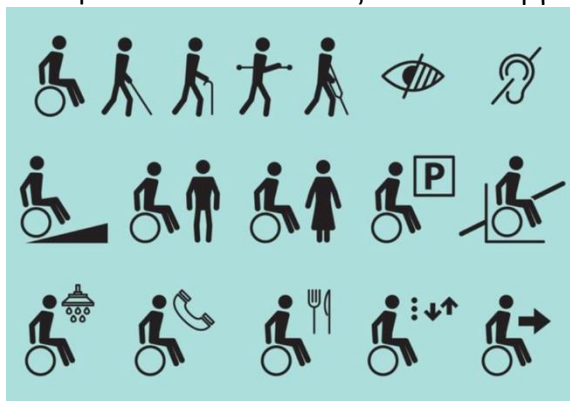
- Κινητικά και σωματικά προβλήματα
 - Αναπηρία σπονδυλικής στήλης
 - Τραυματισμοί στο κεφάλι (TBI) – Εγκεφαλική αναπηρία
- Αναπηρία όρασης
- Αναπηρία ακοής
- Γνωστικές ή μαθησιακές δυσκολίες
- Ψυχολογικές διαταραχές
- Αόρατες αναπηρίες

Ευρωπαϊκής Ένωσης. Όπως είχε προβλεφθεί, έως το 2030 τουλάχιστον το ένα πέμπτο της ΕΕ θα έχει κάποια μορφή αναπηρίας. Ως εκ τούτου, η ΕΕ λαμβάνει μέτρα για τη βελτίωση του κοινωνικού και νομικού καθεστώτος των ατόμων με αναπηρίες.

Κάθε ένας από τους κύριους τύπους μπορεί να αναλυθεί σε διάφορες υποομάδες λαμβάνοντας υπόψη τη σοβαρότητα του **προβλήματος**, τον εντοπισμό του επηρεαζόμενου μέρους του σώματος/εγκεφάλου και άλλων λειτουργικών παραγόντων που επηρεάζουν την **ποιότητα ζωής** ενός ατόμου.

Πώς οι διαφορετικές αναπηρίες μπορούν να επηρεάσουν τις σεξουαλικές αισθήσεις;

Πολλοί τύποι αναπηρίας και επίπεδα ικανότητας μπορούν να επηρεάσουν τις **σεξουαλικές σχέσεις** και την **ευχαρίστηση**. Ωστόσο, η αναπηρία και οι μηχανισμοί της πρέπει να ληφθούν υπόψη όταν δύο άτομα αποφασίσουν να είναι σεξουαλικά ενεργά. Ορισμένες **στάσεις** ενδέχεται να μην είναι δυνατές, επομένως η δημιουργικότητα και η ευελιξία είναι απαραίτητες. Η ανοιχτή επικοινωνία είναι το κλειδί σε κάθε σχέση που περιλαμβάνει έναν σύντροφο με αναπηρία. Ορισμένα θέματα περιλαμβάνουν το **σχεδιασμό της σεξουαλικής δραστηριότητας**, τις προτιμήσεις και τις αντιπάθειες, τις σεξουαλικές φαντασιώσεις και τους τρόπους ενίσχυσης της **διέγερσης**. Ο θυμός, ο φόβος, η απογοήτευση και η αίσθηση της απώλειας (εάν υπήρχε απώλεια αίσθησης) πρέπει επίσης να συζητηθούν.



Σωματικές αναπηρίες:

Συχνά η αλλαγή της σεξουαλικής λειτουργίας, μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την εικόνα και την αυτοεκτίμηση του ατόμου. Ορισμένα πράγματα μπορεί να τεθούν υπό αμφισβήτηση, όπως η κινητικότητα, εάν χρησιμοποιείτε αναπηρική καρέκλα ή έχετε γύψο, και έτσι κάποιες σεξουαλικές θέσεις δεν θα μπορούν να πραγματοποιηθούν. Η έλλειψη μυϊκής δύναμης μπορεί να περιορίσει ένα άτομο με παρόμοιους τρόπους.

Η απώλεια μυϊκής λειτουργίας ή ελέγχου μπορεί επίσης να οδηγήσει σε δυσάρεστες εκπλήξεις όπως απώλεια της κύστης και έλεγχος του σφιγκτήρα. Η κόπωση μπορεί επίσης να επηρεάσει τη σεξουαλική ζωή κάποιου, καθώς ορισμένες ενέργειες μπορεί να είναι πολύ επίπονες.





Τύφλωση και προβλήματα όρασης:

Θα ήταν προτιμότερο να δοθεί έμφαση στην εξερεύνηση του σώματος μέσω της αφής, της μυρωδιάς, του ήχου και της φαντασίας, περιορίζοντας τους μηχανισμούς διέγερσης, που περιλαμβάνουν την όραση.

Παραπληγικός ή τετραπληγικός:



Η **σεξουαλική λειτουργία** μπορεί να διαταραχθεί αλλά μερικές φορές μπορεί να αυξηθεί η **ευαισθησία** σε ορισμένες περιοχές. Η συνήθης αίσθηση **οργασμού** μπορεί να χαθεί, αλλά μπορεί να παρουσιαστεί μια **αίσθηση οργασμού** αλλού στο σώμα.

Διανοητικές αναπηρίες:

Όταν έχετε σωματική αναπηρία, οι **συναινετικές σεξουαλικές εμπειρίες** αφορούν τεχνικές επίτευξης των επιθυμητών αισθήσεων, όμως η σεξουαλικότητα γίνεται πολύ πιο περίπλοκη όσον αφορά τις διανοητικές διαταραχές. Μπορεί να αποτελέσει την αρχή μιας συζήτησης σχετικά με την συγκατάθεση και τον ρόλο του κοινωνικού λειτουργού, του γονέα ή του μέλους της οικογένειας στη διαδικασία της **υποβοηθούμενης λήψης αποφάσεων**.

Αυτά τα στερεότυπα στις περισσότερες περιπτώσεις είναι αναληθή. Άτομα με διανοητική ή αναπτυξιακή αναπηρία μπορεί να βιώσουν σεξουαλικές επιθυμίες και συναισθηματική ανάγκη για αγάπη. Επομένως, αυτή η ομάδα ανθρώπων είναι ιδιαίτερα ευάλωτη με αποτέλεσμα ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες και σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες. Πριν αντιμετωπίσετε το θέμα των σεξουαλικών τεχνικών, του οικογενειακού προγραμματισμού και της αγάπης, πρέπει να πραγματοποιηθούν επεξηγήσεις σχετικά με την κατάλληλη συμπεριφορά, τις αλλαγές στο σώμα και την δημιουργία εικόνας αυτοεκτίμησης.

Υπάρχουν δύο ακραίες αντιλήψεις για άτομα με **διανοητικές και αναπτυξιακές αναπηρίες**:

- δεν μπορούν να ελέγξουν την σεξουαλική τους συμπεριφορά.
- είναι παιδιά κατά βάθος που δεν ενδιαφέρονται καθόλου για σεξ.
- δεν είναι ικανοί να προσέχουν παιδιά και να γίνουν καλοί γονείς.
- είναι ανίκανοι για σεξ.

Συμβουλές για γονείς, συγγενείς και εκπαιδευτών για σεξουαλική εκπαίδευση:

- Δείτε το άτομο με το οποίο μιλάτε ως ένα άτομο ικανό να ζήσει μια ρομαντική αγάπη. Να θυμάστε ότι η εκπαίδευση της καθοδήγησης γνωριμιών, σχέσεων και υγιούς σεξουαλικότητας είναι φυσιολογικές αναπτυξιακές εργασίες που επιτυγχάνονται καλύτερα με την καθοδήγηση και την υποστήριξη σας.
- Διατηρήστε τα πράγματα απλά. Παρέχετε απλές και άμεσες εξηγήσεις, χρησιμοποιώντας λέξεις που μπορούν να καταλάβουν. Οι μεγάλες επεξηγήσεις μπορεί να είναι περιττές ή συγκεχυμένες.
- Να είστε διαθέσιμοι για ερωτήσεις. Καταστήστε σαφές ότι μπορούν να σας ρωτήσουν οτιδήποτε, καθώς και να σας ζητήσουν βοήθεια ώστε να βρείτε μαζί μια απάντηση.
- Χρήση ορθών ορολογιών που προετοιμάζουν τα παιδιά να μιλήσουν για το σώμα τους και τις εμπειρίες τους. Η γνώση των πραγματικών ονομασιών για τα μέρη του σώματος διευκολύνει την συζήτηση για αυτά.
- Δοκιμάστε πολλές τεχνικές διδασκαλίας: παρουσιάστε πληροφορίες μέσω εικόνων, βιβλίων, βίντεο ή μοντέλων κοινωνικής μάθησης, συμπεριλαμβανομένων των παιχνιδιών με ρόλους ή ρωτώντας "Τι θα κάνατε αν ...". Αυτό σας βοηθά να ενισχύσετε το μήνυμά σας και να μάθετε πώς προτιμούν οι ίδιοι να μάθουν.
- Χρήση "διδασκικών στιγμών": Μπορείτε να αρχίσετε μια συνομιλία φυσικά ενώ παρακολουθείτε τηλεόραση ή όταν τα άτομα αλληλεπιδρούν, διαβάζοντας ένα βιβλίο ή ακούγοντας μουσική μαζί.
- Μην αισθάνεστε ότι πρέπει να έχετε όλες τις απαντήσεις: είναι εντάξει να πείτε, "Αυτή είναι μια καλή ερώτηση! Δεν είμαι σίγουρος για την απάντηση, αλλά ας μάθουμε μαζί" ή "Επιτρέψτε μου να σκεφτώ για αυτό", εάν χρειάζεστε περισσότερο χρόνο ή πληροφορίες για να απαντήσετε με αυτοπεποίθηση.
- Συζητήστε τις αξίες και τις προσδοκίες σας και σκεφτείτε τις δικές τους: Να είστε πρόθυμοι να ακούσετε ολόκληρη την ερώτηση ή την ιστορία τους πριν

απαντήσετε. Εάν διαφωνείτε, εξηγήστε τις ανησυχίες σας (ασφάλεια, σχολικοί κανόνες, οικογενειακές προσδοκίες, νόμοι κ.λπ.) και βρείτε μια λύση μαζί.

- Διδάξτε χρήσιμες κοινωνικές δεξιότητες, συμπεριλαμβανομένης της αυτοεκτίμησης: Το να αισθάνεστε καλά για τον εαυτό σας και να τυγχάνεται καλής μεταχείρισης, βοηθά στην αποτροπή υψηλού κινδύνου συμπεριφοράς και κακοποίησης.
- Ενθαρρύνετε την ανεξάρτητη σκέψη και δράση, τις δεξιότητες λήψης αποφάσεων και τον καθορισμό ορίων: Υποστηρίξτε τους να κάνουν επιλογές και αποφάσεις οι οποίες είναι κατάλληλες για αυτούς. Δείξτε τους πώς να ορίσουν όρια και πως να σεβαστούν τα όρια των άλλων.
- Εκθέστε τα άτομα σε μια ποικιλία κοινωνικών καταστάσεων και εμπειριών. Επιδιώξτε ευκαιρίες ώστε να δημιουργήσουν ένα δικό τους σύστημα υποστήριξης που θα περιλαμβάνει συνομήλικα άτομα.
- Διδάξτε τους σχετικά με την συγκατάθεση και πώς να είναι δυναμικοί λέγοντας όχι (ή ναι). Όταν τα παιδιά είναι μικρά, μπορείτε να τα διδάξετε “πήγαινε και πες όχι”. Καθώς μεγαλώνουν, ενισχύστε την ανάγκη ξεκάθαρης συζήτησης, και δώστε την συγκατάθεση σας ή όχι για γνωριμίες, σχέσεις και σεξουαλικότητα.
- Καθοδηγήστε τους να έχουν πρόσβαση σε ενημερωμένες πηγές πληροφοριών και υποστήριξη. Βοηθήστε τους να βρουν ιατρικά ακριβείς, αναπτυξιακούς κατάλληλους πόρους στους οποίους μπορούν να έχουν πρόσβαση ανεξάρτητα από εσάς, είτε πρόκειται για έναν άλλο αξιόπιστο ενήλικο, πάροχο υγειονομικής περίθαλψης ή ιστότοπο.

Περίληψη: τι έχουμε μάθει

Σε αυτή την υποενότητα επεξηγήθηκε ο ορισμός της αναπηρίας από τον ΠΟΥ, καθώς και το γεγονός, ότι δεν υπάρχει συγκεκριμένος ενιαίος ορισμός για τις χώρες οι οποίες είναι μέλη της ΕΕ.

Σε αυτή την υποενότητα έχουμε δει το θέμα των διαφορετικών τύπων ικανότητας και προσέγγισης ως προς τη σεξουαλικότητα.

Σε αυτή την υποενότητα μάθαμε πώς να εξηγούμε σεξουαλικές τεχνικές σε ένα άτομο με διανοητική ή αναπτυξιακή αναπηρία.

Περιλαμβάνει πως να βλέπετε το άτομο πίσω από την αναπηρία, να δίνονται απλές εξηγήσεις και να παρέχονται μαθησιακά παραδείγματα.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. Νομικό πλαίσιο σχετικά με τη σεξουαλική βοήθεια ατόμων με αναπηρίες

Διαπραγμάτευση της σεξουαλικότητας στη Σύμβαση για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες

Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (**UNCRPD**) καλύπτει όλες τις πτυχές των δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες, καθώς και τα σεξουαλικά και τα αναπαραγωγικά, αφού θεωρούνται βασικά ανθρώπινα δικαιώματα. Αν και για τους περισσότερους από εμάς είναι προφανές να ασκούμε αυτά τα δικαιώματα όσο συχνά θέλουμε, εάν εμπίπτουν στα πλαίσια του νόμου, συνήθως οι ίδιες αρχές ισχύουν και για τα άτομα με αναπηρίες. Όπως αναφέρεται στο **άρθρο 25, μέρος 1**: τα άτομα με αναπηρίες έχουν το δικαίωμα για τα ίδια πρότυπα υγιεινομικής περίθαλψης, συμπεριλαμβανομένων των σεξουαλικών και των αναπαραγωγικών δικαιωμάτων. Επομένως, τα άτομα με αναπηρίες θα πρέπει να έχουν το δικαίωμα και τη δυνατότητα άσκησης των δικαιωμάτων οικειότητας.

Το **άρθρο 12** κοινοποιεί την ισότητα των ατόμων με αναπηρίες ενώπιον του νόμου και όλες τις πτυχές της ζωής, όπως για κάθε άλλο άτομο. Αυτό συνεπάγεται όχι μόνο την ισότητα έναντι του ποινικού και αστικού δικαίου, αλλά και τα δικαιώματα για οικογενειακή ζωή ή οικειότητα με άλλους.

Στο **άρθρο 23** αναφέρεται, ότι το κράτος πρέπει να διασφαλίζει στα άτομα με αναπηρίες τα οποία έχουν την κατάλληλη ηλικία, την πρόσβαση σε κατάλληλες πληροφορίες σχετικά με τις αναπαραγωγικές λειτουργίες του ανθρώπινου σώματος και του οικογενειακού προγραμματισμού και τα απαραίτητα μέσα για την άσκηση των δικαιωμάτων τους όπως κάθε άλλο άτομο. Τα άτομα με αναπηρίες είναι ελεύθερα να αποφασίσουν σχετικά με τον αριθμό των παιδιών που θέλουν να αποκτήσουν και την επιμέλεια τους, καθώς είναι απολύτως κατανοητό όταν υπάρχουν διαφορετικά λειτουργικά, ακουστικά ή οπτικά προβλήματα. Όσον αφορά την διανοητική αναπηρία αποτελεί ένα ηθικά διαφορετικό θέμα.

Ίσες ευκαιρίες για όλους - νομικό καθεστώς των ατόμων με αναπηρίες σε όλη την ΕΕ

Σε ολόκληρη την ΕΕ δεν υπάρχει ενιαίος νομικός κανονισμός για το καθεστώς και τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες, αλλά οι βασικές κατευθυντήριες γραμμές που ακολουθεί η Ευρώπη συνδυάζονται στο πλαίσιο της UNCRPD. Αναφερόμενη στο Ευρωπαϊκό Φόρουμ Αναπηρίας (EDF), η μεγάλη ομάδα κινδύνου στην Ευρώπη που έχει περιορισμένη πρόσβαση σε αναπαραγωγικά και σεξουαλικά δικαιώματα είναι οι γυναίκες με αναπηρίες.

Στις χώρες εταίρους του έργου η νομοθεσία διαφέρει από χώρα σε χώρα. Μερικές από αυτές καλύπτουν μόνο τις βασικές αρχές της ισότητας και όχι τα θέματα των

οικογενειακών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες. Άλλες έχουν καλύψει όλες τις πιθανές πτυχές της ζωής, συμπεριλαμβανομένης της σεξουαλικής **βοήθειας** και των αυστηρών κυρώσεων για εκείνους, που εκμεταλλεύονται τα ευάλωτα άτομα με αναπηρίες.

Κύπρος

Η Κύπρος έχει πολλούς ξεχωριστούς νόμους και κανονισμούς σχετικά με το καθεστώς, τα δικαιώματα και τις ευκαιρίες των ατόμων με αναπηρία, ωστόσο κανένα από τα παραπάνω δεν καλύπτει τον τομέα της σεξουαλικότητας ή της σεξουαλικής βοήθειας. Τα θεμελιώδη ανθρώπινα δικαιώματα, η απασχόληση, η στάθμευση, η εκπαίδευση και η παροχή ατόμων με ειδικές ανάγκες καλύπτονται από αυτούς τους κανόνες. Το 2011 η Κύπρος έχει επικυρώσει την UNCRPD και πριν από αυτή τον Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Χάρτη, όπου και τα δύο εγγυώνται την εκπλήρωση των θεμελιωδών ανθρώπινων δικαιωμάτων, αλλά η UNCRPD περιλαμβάνει επίσης την σεξουαλική υγεία και τα αναπαραγωγικά δικαιώματα.

Ιταλία

Η **Ιταλική Εθνική Νομοθεσία** διώκει αυτούς που ασκούν σεξουαλική βία κατά των γυναικών, συμπεριλαμβανομένων των γυναικών με αναπηρίες. Όσον αφορά τον Νόμο 104/92 στην Ιταλία, ένα άτομα με αναπηρία ορίζεται ως κάποιος που παρουσιάζει μόνιμη ή προοδευτική αδυναμία ως αισθητηριακό, ψυχικό ή σωματικό πρόβλημα στη μάθηση, στην ένταξη εργασίας, στις σχέσεις και υπόκειται στον κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού. Στο νόμο αρ.67 παρενοχλήσεις προς άτομα με αναπηρία θεωρούνται “διάκριση” με βάση την αναπηρία, αλλά περιπτώσεις εκμετάλλευσης ή κακοποίησης δεν εμπίπτουν στον παρόντα ορισμό. Ο Ποινικός Νόμος εφάρμοσε αυστηρότερη ποινή φυλάκισης για την σεξουαλική βία και την καταδίωξη έναντι των ατόμων με αναπηρίες.

Λετονία

Η Λετονία δεν διαθέτει ειδικό νόμο για τον ορισμό της σεξουαλικότητας ή των αναπαραγωγικών δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες. Σύμφωνα με τις αρχές της ισότητας, όλα τα θεμελιώδη δικαιώματα είναι ίδια για όλους τους ανθρώπους. Ο νόμος για την αναπηρία και ο νόμος για τις κοινωνικές υπηρεσίες δεν καλύπτουν την πλευρά της ανθρώπινης εμπειρίας και τις βασικές αρχές όπως είναι η κοινωνική ένταξη, η εργοδότηση και τα διάφορα κρατικά και δημοτικά επιδόματα. Όσον αφορά τη σεξουαλική βία και την κακοποίηση, οι αρχές του Ποινικού Δικαίου ισχύουν για όλους.

Ρουμανία

Ο ρουμάνικος νόμος **σχετικά με την προστασία και την προώθηση των δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρίες** επικεντρώνεται κυρίως στα επιδόματα αναπηρίας που παρέχει το κράτος και στην προώθηση της ισότητας. Ρυθμίζει τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις των ατόμων με αναπηρίες σε βασικό ανθρώπινο επίπεδο (ισότητα στην αγορά εργασίας, κοινωνική ένταξη, προσβασιμότητα ή όπως ονομάζεται «προσαρμογή στα άτομα με αναπηρίες» και καταπολέμηση των διακρίσεων). Δεν περιλαμβάνει καμία αναφορά στα δικαιώματα αναπαραγωγής ή στα ίδια δικαιώματα στη σεξουαλικότητα.

Η Ρουμανία έχει επικυρώσει την UNCPRD το 2011, συνεπώς ισχύουν όλες οι δηλώσεις που περιλαμβάνονται στα τμήματα 12, 23 και 25 της παρούσας σύμβασης.

Ισπανία

Στην Ισπανία πρόσφατα (έως το 2013) υπήρχαν αρκετοί νόμοι που προστατεύουν τα άτομα με αναπηρία. Στη συνέχεια αποφασίστηκε η ενοποίηση όλων των νόμων που σχετίζονται με την αναπηρία σε έναν. Ο νόμος καλύπτει όλους τους τομείς της ζωής, όπου τα άτομα με αναπηρία χρειάζονται βοήθεια για την επίτευξη ίσων ευκαιριών ή η κυβέρνηση τους έχει ορίσει κάποιο είδος παροχών (εκπαίδευση, κοινωνική ένταξη, απασχόληση). Σε αυτόν τον νόμο γίνεται ρητή αναγνώριση ότι τα άτομα με αναπηρία έχουν δικαιώματα και οι δημόσιες αρχές υποχρεούνται να διασφαλίζουν την πλήρη απόλαυσή τους. Όσον αφορά το άρθρο 180 του Ποινικού Κώδικα, υπάρχει αυστηρή τιμωρία για όσους διαπράξουν βίαιη πράξη εναντίον ενός ατόμου ευάλωτου λόγω ηλικίας, ασθένειας ή αναπηρίας. Αν και η πορνεία αποποινικοποιείται, υπάρχει μια υπηρεσία ειδικά για άτομα με αναπηρίες.

Περίληψη – Τι έχουμε μάθει

Σε αυτήν την υποενότητα έχετε κατανοήσει την ευπάθεια των ατόμων με αναπηρία ενώπιον του νόμου στις χώρες εταίρους αυτού του έργου. Σε ορισμένες από αυτές δεν υπάρχουν αυστηρές συνθήκες τιμωρίας για κακοποίηση ή σεξουαλική επίθεση σε άτομα με αναπηρία.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. Υπηρεσίες και εκπαιδευτικά προγράμματα σχετικά με την οικειότητα και τις αναπηρίες που διατίθενται στην ΕΕ

vzw Aditi (Βέλγιο)



Το Aditi vzw είναι ένα μη κερδοσκοπικό κέντρο για συμβουλές, πληροφορίες και υποστήριξη σχετικά με τη σεξουαλικότητα και την οικειότητα για άτομα με αναπηρία, ηλικιωμένους και το δίκτυό τους (οικογένεια, πάροχοι φροντίδας, υποστηρικτές φροντίδας και επόπτες). Εκτός από την παροχή πληροφοριών και συμβουλών, το Aditi vzw προσφέρει έμπρακτη και πρακτική υποστήριξη στη σεξουαλική βοήθεια για άτομα με αναπηρία και ηλικιωμένους. Το Aditi vzw προσφέρει επίσης σχηματισμό, εκπαίδευση και επιμόρφωση για παρόχους φροντίδας και υποστηρίζει οργανισμούς φροντίδας με το όραμά τους και την ανάπτυξη πολιτικής σχετικά με τη σεξουαλικότητα για ηλικιωμένους και άτομα με αναπηρία. Μέσω της συνεργασίας με ειδικούς και επαγγελματίες με εμπειρία, το Aditi vzw προσπαθεί να δημιουργήσει εξειδίκευση και να αγωνιστεί για την ευαισθητοποίηση και την αποδοχή του κοινού.

APPAS (Γαλλία)



Η ένωση APPAS για την προώθηση της σεξουαλικής βοήθειας, ιδρύθηκε από τον σημερινό της πρόεδρο Marcel Nuss τον Σεπτέμβριο του 2013. Από την ίδρυση της, οι εκστρατείες της Ένωσης για την υλοποίηση εκπαιδεύσεων αφιερωμένες σε επαγγελματίες υγείας και κοινωνικούς λειτουργούς, την δημιουργία εκπαιδευτικών προγραμμάτων, τη διάδοση πληροφοριών και την ευαισθητοποίηση προς τους επαγγελματίες υγείας και τους κοινωνικούς λειτουργούς, τα άτομα με αναπηρίες, τις οικογένειες τους, της οργάνωσης ομάδων συζήτησης και την ανάπτυξη εταιρικών σχέσεων με Ευρωπαϊκές Ενώσεις. Το 2015, η APPAS διοργάνωσε την πρώτη εκπαίδευση σεξουαλικής βοήθειας για άτομα με αναπηρία στη Γαλλία και σύνταξε

νομοσχέδιο με στόχο την αναγνώριση της σεξουαλικής βοήθειας, το οποίο συστήθηκε σε περίπου 40 βουλευτές.

Sexual Understanding (Γαλλία)

Sexual Understanding

Εθνική και διεθνής επαγγελματική κατάρτιση και παρουσιάσεις σε συνέδρια για την ανθρώπινη σεξουαλικότητα, την οικειότητα, τις διαπροσωπικές σχέσεις, τα "Υπεύθυνα σεξουαλικά προγράμματα" για παιδιά, τους εφήβους και ενήλικες, τη σεξουαλική βία και πρόληψη ΣΜΝ, τη δημόσια υγεία, τη δεοντολογία και ηθική, τα πολιτιστικά, τα θεωρητικά και τα πρακτικά ερωτήματα όπως τίθενται στο επαγγελματικό, θεσμικό και προσωπικό περιβάλλον. Ειδικές επαγγελματικές εκπαιδεύσεις: «Διευκόλυνση ομάδων συζήτησης σχετικά με την οικειότητα και την σεξουαλικότητα» και «Διευκόλυνση ομάδων συζήτησης σχετικά με την επιθυμία δημιουργίας οικογένειας και την επιθυμία να γίνει κάποιος γονέας». Συμβουλές για σεξουαλική θεραπεία σε άτομα και ζευγάρια και ισχυρή δέσμευση υπέρ της σεξουαλικής βοήθειας μέσω διαβουλεύσεων για άτομα με αναπηρίες και συμμετοχή στην Ένωση Corps Solidaires και στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα σεξουαλικού βοηθού.

Tandem Team Barcelona (Ισπανία)



Ο Team Tandem Barcelona είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός του οποίου αποστολή είναι να συνοδεύει το άτομο (και/ή τους ανθρώπους γύρω του) σε όλη τη μοναδική, ατομική διαδικασία προσαρμογής και αποδοχής της λειτουργικής του ποικιλομορφίας (αναπηρία). Ο κύριος τομέας παρέμβασης του είναι η ανάπτυξη και η πλήρης έκφραση της σεξουαλικότητας κάθε συνεργάτη μέσω προσωπικών συνεντεύξεων, θεραπείας, εκπαιδευτικών προγραμμάτων, εργαστηρίων Τάντρα και διευκόλυνση της συνάντησης με σεξουαλικούς βοηθούς. Επίσης προωθεί και συμμετέχει σε συνέδρια και εκπαιδευτικά προγράμματα προκειμένου να αυξηθεί η ευαισθητοποίηση σχετικά με το συγκεκριμένο θέμα σε ολόκληρη την κοινωνία.

LoveGiver (Ιταλία)



Η LOVEGIVER είναι Ιταλική Ένωση για την προώθηση της σεξουαλικής βοήθειας για άτομα με αναπηρίες. Ιδρύθηκε το 2013 από μια ομάδα ατόμων με επικεφαλής των Max ULIVIERI, και προωθεί το δικαίωμα στην υγεία και την ψυχολογική και σεξουαλική ευημερία μέσω εκπαιδευτικών προγραμμάτων για χειριστές και επαγγελματίες του κοινωνικού τομέα, οικογένειες ατόμων με αναπηρίες και των ίδιων των ατόμων με αναπηρίες. Το 2014 συνέβαλε στη δημιουργία ενός νομοσχεδίου (1442) που υποβλήθηκε ενώπιον του Κοινοβουλίου. Ίδρυσε το Εθνικό Παρατηρητήριο για τη σεξουαλική βοήθεια υπό τις οδηγίες του καθηγητή Fabrizio QUATTRINI και δημοσίευσε το βιβλίο «LoveAbility» (Erikcson editor). Το 2014 είναι η χρονιά κατά την οποία ξεκίνησε και ολοκλήρωσε την επιλογή των πρώτων 30 σεξουαλικών βοηθών, όπου σύντομα θα ξεκινήσει το πρώτο επίσημο ιταλικό πρόγραμμα. Ως επιτροπή αγωνιζόμαστε ώστε η σεξουαλική βοήθεια να αναγνωριστεί ως επάγγελμα και να μπορεί να λειτουργεί χωρίς περιορισμούς από τους ιταλικούς νόμους.

Corps Solidaires (Ελβετία)



Ο Corps Solidaires (lit.trans:Solidarity Bodies), είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός για πιστοποιημένους σεξουαλικούς βοηθούς που συναντώνται σε τακτική βάση για να λάβουν μέρος σε περαιτέρω εκπαίδευση, επιτήρηση και επιτήρηση από συναδέλφους του ίδιου επιπέδου. Μέλη του οργανισμού μπορεί επίσης να είναι σύμμαχοι που μοιράζονται τους στόχους του οργανισμού, δηλαδή την ανάπτυξη της σεξουαλικής βοήθειας για άτομα με αναπηρίες, τη συνεργασία με άλλους οργανισμούς που προωθούν παρόμοιους στόχους και τη δημιουργία μιας πλατφόρμας ανταλλαγής για σεξουαλικούς βοηθούς. Ο Corps Solidaires οργανώνει εκπαίδευση για νέους σεξουαλικούς βοηθούς, συνεργάζεται στενά με οργανώσεις για

άτομα με αναπηρίες και μεσολαβεί στα μέσα ενημέρωσης, στα συνέδρια και μαζί με επαγγελματίες. Ο Corps Solidaires ιδρύθηκε το 2009, εδρεύει στη γαλλόφωνη Ελβετία και έχει μέλη σε διάφορες Ευρωπαϊκές χώρες.



SEHP (Ελβετία)

Όταν το αντρικό ή το θηλυκό σώμα και μυαλό μεταβάλλονται κατά την γέννηση (διανοητική, σωματική ή αισθητηριακή αναπηρία), μετά από μια ασθένεια ή όταν άνδρας ή γυναίκα αποκτά αναπηρία κατά τη διάρκεια της ζωής (μη συγγενής αναπηρία), η έκφραση του συναισθήματος, της οικειότητας και σεξουαλικότητας μπορεί να είναι συγκεκριμένη.

Σεβόμενοι την αυτονομία και την αυτοδιάθεση του ατόμου με αναπηρία, η ένωση SEHP έχει ως στόχο να ευαισθητοποιήσει τα άτομα με αναπηρία, το στενό τους κύκλο και το κοινωνικό περιβάλλον για τα συγκεκριμένα θέματα που αφορούν τη σεξουαλικότητά τους μέσω: διαμόρφωσης και εκπαίδευση σε ιδρύματα, λύκεια και πανεπιστήμια/ δημοσιεύσεις/ πλατφόρμα πληροφόρησης/ παρουσία στα μέσα ενημέρωσης/ ραδιόφωνο και τηλεόραση/ συμμετοχή σε συνέδρια, συναντήσεις και εκδηλώσεις/ ερωτήσεις και απαντήσεις μέσω ιστότοπου/ υποστήριξη σεξουαλικής βοήθειας.



Freya (Τσέχικη Δημοκρατία)

Freya - εκπαίδευση, παροχή συμβουλών και άλλες δραστηριότητες στη σεξουαλικότητα των ατόμων με αναπηρία, των ατόμων που εξαρτώνται από τη φροντίδα άλλων ανθρώπων ή των «ατόμων που ανήκουν σε περιθωριακές ομάδες». Τα θέματα με τα οποία ασχολείται η Freya είναι σχετικά με την σεξουαλικότητα, τις σχέσεις των ατόμων με αναπηρίες, τα άτομα που ζουν σε ιδρύματα όπου εξαρτώνται από τη φροντίδα άλλων (ηλικιωμένοι) και τις άλλες ευάλωτες ομάδες όπως παιδιά, νεαροί και γυναίκες που εργάζονται σε σεξουαλικές επιχειρήσεις. Επικεντρώνεται επίσης

στη μείωση του στιγματισμού και των προκαταλήψεων που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα, και επιπλέον, επισημαίνει την ανάγκη αλλαγών του συστήματος σε αυτόν τον τομέα. Συνεχίζουμε να προωθούμε όχι μόνο την υπηρεσία σεξουαλικής βοήθειας για άτομα με αναπηρίες, αλλά επίσης να αναπτύσσουμε τη σημασία της σεξουαλικότητας και των σχέσεων για αυτούς τους ανθρώπους. Η Freya είναι θεά από τη βόρεια μυθολογία και μεταφράζεται ως «αγαπημένη».

Ευχόμαστε τα άτομα με αναπηρίες να μπορούν να νιώσουν την αγάπη, την θελκτικότητα και την σεξουαλικότητα.

Sex Asistent Europa (Ισπανία)



Το Sex Asistent είναι ένα πολυτομεακό παγκόσμιο δίκτυο που δημιουργήθηκε το 2012 στη Βαρκελώνη από τη Silvina Peirano. Αυτήν τη στιγμή έχουμε παρουσία σε πολλές χώρες: Ισπανία, Αργεντινή, Βενεζουέλα, Κολομβία, Ισραήλ, Γαλλία και Ιταλία. Το Sex Asistent είναι ένα έργο μη κερδοσκοπικής υποστήριξης της σεξουαλικής βοήθειας ως εργαλείο για την ενδυνάμωση και την ισότητα ευκαιριών για τα άτομα με αναπηρίες που προωθεί μια αλλαγή στην οποία σταματάμε να βλέπουμε αυτά τα άτομα ως ανέραστα ή παιδιά. Δεν είμαστε μια ένωση που διαχειρίζεται μια υπηρεσία σεξουαλικής βοήθειας, καθώς πρέπει να είμαστε η ίδια η υπηρεσία και από την αυτονομία της εργασίας να αποτρέψουμε τον διαχωρισμό, και οποιονδήποτε ελέγχει ή παραβιάζει την σεξουαλικότητα των ατόμων με αναπηρίες, και γίνεται επιχείρηση εις βάρος των ατόμων που διακρίνονται από τη λειτουργική τους ποικιλομορφία και πάνω απ' όλα ενδυναμώνονται μέσω της δικής τους σεξουαλικότητας και μπορούν να δημιουργήσουν ένα προτεινόμενο πρότυπο κοινωνικής αλλαγής.



Passieflower (Ολλανδία)

Ο οργανισμός Passieflower πιστεύει ότι κάθε άτομο αξίζει το δικαίωμα να είναι ευτυχισμένος και ότι όλοι αξίζουν να ζήσουν την εμπειρία αγάπης και οικειότητας. Αυτό σημαίνει επίσης και τα άτομα που ανήκουν στην 'ευάλωτη ομάδα'. Για παράδειγμα, αυτή η ομάδα περιέχει άτομα με ψυχικές και σωματικές αναπηρίες, ηλικιωμένους και άτομα με ψυχιατρικό προφίλ. Στόχος του οργανισμού είναι να φροντίσει αυτή την ευάλωτη ομάδα ανθρώπων παρέχοντας τους οικειότητα και το αίσθημα αγάπης και φροντίδας, με σαφή αντίληψη ότι απλά αποτελεί ένα σύνδεσμο σύνδεσης.



Aspasia Canarias (Ισπανία)

Η Aspasia Canary είναι μια Ένωση για κοινωνική ένταξη ατόμων με αναπηρίες και ηλικιωμένους. Είναι μια μη κερδοσκοπική ένωση υπέρ της προστασίας των ίσων ευκαιριών και της παγκόσμιας προσβασιμότητας. Στοχεύει στην κοινωνική ένταξη σε όλους τους τομείς της ανθρώπινης έκφρασης, δίνοντας ιδιαίτερη προσοχή στην οικειότητα, στην επιβεβαίωση της αυτοεκτίμησης και της βελτιωμένης ποιότητας ζωής. Μέσω ενός πρωτοκόλλου διαμεσολάβησης, συνδέουμε τους χρήστες με λειτουργική ποικιλομορφία ζητώντας σεξουαλικούς βοηθούς για οικείες συναντήσεις βάσει συμφωνιών που είχαν συμφωνηθεί προηγουμένως συναινετικά. Ο στόχος είναι να υπερασπιστεί τη διαφορά και την ποικιλομορφία για την επίτευξη κριτηρίων για ίσες ευκαιρίες ισότητας και μη διακρίσεων. Μέσω διαλέξεων, εργαστηρίων, ψυχαγωγίας και αναψυχής, τουρισμού και άλλων προσβάσιμων υπηρεσιών, υπερασπίζουμε τη σεξουαλικότητα ως βασική πτυχή της ανθρώπινης υπόστασης.

Infol (Ιταλία)

Ο Infol είναι ένας πάροχος μαθημάτων Erasmus που έχει εγγραφεί από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Ο



οργανισμός έχει αναπτύξει μαθήματα για επαγγελματική βελτίωση τόσο των ατόμων όσο και των εταιρειών. Συμπεριλαμβανομένου ενός ειδικού σεμιναρίου σεξουαλικής εκπαίδευσης για ποικιλόμορφες ομάδες και άτομα με διαφορετικές ικανότητες. Ο Info! είναι αφιερωμένος στην προώθηση της κοινωνικής, πολιτιστικής και επαγγελματικής ένταξης των ατόμων.

Σε άλλα κράτη μέλη της ΕΕ η κατάσταση δεν είναι τόσο ανεπτυγμένη, υπάρχει κάποιο στίγμα, επομένως τα άτομα με αναπηρίες δεν έχουν τη δυνατότητα να ασκήσουν τα αναπαραγωγικά τους δικαιώματα σε κοινωνικά αποδεκτό επίπεδο. Υπάρχουν ορισμένες ενώσεις για τη βοήθεια ατόμων με αναπηρίες σε άλλους τομείς της ζωής, αλλά η σεξουαλικότητα συνήθως δεν αντιμετωπίζεται.

Περίληψη – Τι έχουμε μάθει

Η σεξουαλικότητα είναι ένα σημαντικό θέμα για εκπαίδευση, καθώς και για την παροχή υπηρεσιών σε όσους δεν μπορούν να βρουν ανακούφιση σχετικά με αυτά από μόνοι τους. Πολλοί οργανισμοί παρέχουν υπηρεσίες σε άτομα με αναπηρίες και ηλικιωμένους.

Οργανισμοί που παρέχουν εκπαίδευση σχετικά με την σεξουαλικότητα και την οικειότητα, σπανίως παρέχουν υπηρεσίες σεξουαλικής βοήθειας.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 4. Κοινωνικά και φυσικά εμπόδια αναπήριών

Η αναπηρία απαιτεί πλήρη αναπροσανατολισμό των ρόλων στη ζωή ενός ατόμου, επειδή η αναπηρία επηρεάζει την αλληλεπίδραση με άλλους. Η αναπηρία ορίζεται από το ίδιο το άτομο καθώς και από τις **κοινωνικές προκλήσεις**. Σε κάποια άρθρα μπορείτε να βρείτε μια έννοια, ότι η αναπηρία είναι μια λειτουργία της κοινωνίας, η οποία αποτυγχάνει στο να λάβει υπόψη τους ανθρώπους που έχουν σωματικές ή ψυχικές διαταραχές. Έτσι, είναι αποκλεισμένοι από ορισμένες υπηρεσίες ή ενέργειες που προορίζονται να εκτελεστούν από όλους. Ως εκ τούτου, η αναπηρία ερμηνεύεται εντός των κοινωνικών κανόνων και αυτό που θεωρείται ως «φυσιολογικό».

Υπάρχουν τρεις βασικοί τρόποι με τους οποίους το άτομο με αναπηρία μπορεί να αντιδράσει σχετικά με τη δημόσια επισήμανση της λειτουργικής ποικιλομορφίας του:

- αρνείται την ύπαρξη.
- αναζητεί έμμεσο όφελος από αυτό.
- το αποδέχεται και προχωράει.

Οι σωματικές και διανοητικές αναπηρίες επηρεάζουν επίσης τη σεξουαλικότητα. Με αυτήν την έννοια θα μπορούσαμε να πούμε, ότι η κοινωνία μάλλον δεν θεωρεί τα άτομα με αναπηρίες ως σεξουαλικά και αισθησιακά όντα με ανάγκες οικειότητας. Ωστόσο, δεν μπορούμε να αρνηθούμε ότι τα άτομα με αναπηρίες έχουν αισθησιακές αισθήσεις και επιθυμίες, που πρέπει να ικανοποιηθούν.

Ραντεβού και αναπηρία



Για **σχεδόν κάθε** άτομο με αναπηρία θέλει να θεωρείται πρωταρχικά ως άτομο, και όχι ως άτομο με κάποιο ελάττωμα όσον αφορά το **ραντεβού, τη σεξουαλική εμπειρία** και τη δημιουργία οικογένειας. Κάθε τύπος αναπηρίας απαιτεί ειδική μεταχείριση ώστε και οι δύο σύντροφοι να ικανοποιούνται.

Η αναπηρία των ατόμων μπορεί να **επηρεάσει** την ικανότητα να έχουν κανονική σεξουαλική ζωή. Σημαίνει ότι ένα άτομο ίσως να πρέπει να προσεγγίσει τη σεξουαλική δραστηριότητα διαφορετικά, και μπορεί να έχει ερωτήσεις και ανησυχίες σχετικά με τη σωματική ή συναισθηματική υγεία.

Για παράδειγμα, μπορεί να αισθάνεται:

- ανησυχία για την εύρεση συντρόφου
- ανησυχία για το αν ο/η σύντροφός σας θα σας βρει ελκυστικό/ή
- έλλειψη αυτοπεποίθησης σχετικά με τις σεξουαλικές ικανότητες ή την απόδοση
- ανησυχία για το πώς κινείται ή λειτουργεί το σώμα
- άγχος για τα αισθήματα του συντρόφου για εσάς
- ανησυχία για πόνο κατά τη σεξουαλική δραστηριότητα
- λιγότερη ενέργεια και επιθυμία για σεξ
- ανησυχία για το εάν μπορεί να αποκτήσει παιδιά
- ανησυχία για το τι θα σκεφτούν οι άλλοι και για τις διακρίσεις

Καλές-Κακές πρακτικές κατά τη διάρκεια ενός ραντεβού



Καλές πρακτικές κατά τη διάρκεια ενός ραντεβού με ένα άτομο με αναπηρία

- Αντιμετωπίστε το άτομο με σεβασμό.
- Μετατρέψτε το ραντεβού σε μια αθώα διασκέδαση (μην μετατρέψετε το ραντεβού σαν μια συνέντευξη εργασίας)
- Να είστε ευχάριστοι και ειλικρινείς (αποφύγετε τις ασάφειες).
- Να μιλάτε στο άτομο με το οποίο βγαίνετε ραντεβού, και όχι στον βοηθό του ή τον διερμηνέα του (σε περιπτώσεις ατόμων με προβλήματα ακοής)
- Να είστε ειλικρινείς εάν ενδιαφέρεστε ή δεν ενδιαφέρεστε.



Κακές πρακτικές κατά τη διάρκεια ενός ραντεβού με ένα άτομο με αναπηρία

- Μην κάνετε αμέσως αδιάκριτες ερωτήσεις σχετικά με την αναπηρία του ατόμου.
- Μην κάνετε σεξουαλικά αστεία ή υπονοούμενα αμέσως.
- Μην αναφέρετε πως το άτομο αποτελεί πηγή έμπνευσης βάσει του γεγονότος της αναπηρίας τους.
- Μην δίνετε ειδική μεταχείριση στο άτομο βάση της αναπηρίας του χωρίς να ρωτήσετε.
- Μην ενοχλείτε τον **σκύλο-βοηθό** (σε άτομα με προβλήματα όρασης).
- Μην εστιάζετε στην αναπηρία του ατόμου, εστιάστε στην προσωπικότητα.

Περίληψη – Τι έχουμε μάθει

- Η «Αναπηρία» ορίζεται διαφορετικά σε όλη την Ευρώπη και δεν υπάρχει ενιαίος ορισμός για την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι ορισμοί του ΠΟΥ ή της UNCRPD είναι οι πιο συχνά χρησιμοποιούμενοι.
- Πρέπει να θεωρήσετε ένα άτομο με αναπηρία κυρίως ως άνθρωπο, χωρίς να τον ορίζετε βάση την αναπηρίας που έχει. Ένας διάλογος και μια έρευνα αποτελούν τα πρώτα βήματα κατά την έναρξη κάθε είδους σεξουαλικής εκπαίδευσης και εξερεύνησης.
- Η αναπηρία είναι μια κοινωνική κατάσταση παρά μια κατάσταση υγείας. Συχνά αποτελεί αδυναμία ώστε να ξεπεραστούν τα εμπόδια που θέτει η κοινωνία.
- Οι περισσότεροι από τους νόμους και τους κανονισμούς στη Ρουμανία, τη Λετονία και την Κύπρο υπερασπίζονται τη σεξουαλική ακεραιότητα των ατόμων, αλλά δεν δίνουν έμφαση στο θύμα που έχει αναπηρία ως περίπτωση σοβαρής τιμωρίας.
- Πρέπει να παρέχετε σαφείς εξηγήσεις και απλά παραδείγματα ή στιγμές μάθησης σε ένα άτομο με διανοητική ή αναπτυξιακή αναπηρία.

Πριν προσεγγίσετε τη σεξουαλική εκπαίδευση ατόμων με αναπηρίες, μπορεί να ενημερωθείτε μόνοι σας.

ΑΥΤΟ-ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

1. Επιλέξτε την απάντηση που δεν ισχύει:

Ο προσδιορισμός των ρόλων που πρέπει να διαδραματίσει ένας επαγγελματίας κοινωνικής εκπαίδευσης στον τομέα αυτό είναι ένα πολύπλοκο έργο, λόγω του ότι

- A) Οι διαφορετικές αντιλήψεις περί αναπηρίας
- B) Η ποικιλομορφία των απαιτήσεων και των αναγκών των ατόμων με αναπηρία λόγω της ποικιλίας των ειδών αναπηρίας
- Γ) Η ποικιλομορφία των περιβαλλόντων που έχουν διαμορφωθεί ώστε να εξυπηρετούν τα άτομα με αναπηρία
- Δ) Η έλλειψη χρημάτων από τις κυβερνήσεις για την αντιμετώπιση ζητημάτων που σχετίζονται με την αναπηρία

2. Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις (ναι/ όχι απαντήσεις μόνο)

- Πρέπει να κάνετε κάποια επεμβατική ερώτηση σε ένα πρώτο ραντεβού; (Ναι/ Όχι)
- Τα άτομα με αναπηρία περιορίζονται στις σεξουαλικές τους δραστηριότητες; (Ναι/ Όχι)
- Υπάρχει ένας ενιαίος ορισμός για την αναπηρία στην Ευρωπαϊκή Ένωση; (Ναι/ Όχι)

3. Εισαγάγετε τον όρο που λείπει στις ακόλουθες δηλώσεις:

- «Αναπηρίες είναι ένας όρος ομπρέλα, που καλύπτει αναπηρίες, δραστηριότητες, και τους περιορισμούς συμμετοχής

4. Εισαγάγετε τον όρο που λείπει από τις ακόλουθες δηλώσεις:

- Η Λετονία δεν έχει συγκεκριμένο για τον ορισμό της σεξουαλικότητας ή των αναπαραγωγικών δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρία.

5. Διαλέξτε τη σωστή απάντηση!

Ποιος δεν είναι ο τρόπος για να αντιδράσει ένα άτομο με αναπηρία σχετικά με τη δική του αναπηρία που αναφέρεται στην ενότητα αυτή;

- A) Να αρνηθεί την ύπαρξη της,
- B) Αναζήτηση άμεσου οφέλους από αυτή,
- Γ) Να την αποδεχθεί και να προχωρήσει
- Δ) Υπερβολή.

ΓΛΩΣΣΑΡΙΟ

- **Διέγερση** – μια κατάσταση φυσιολογικού και ψυχολογικού ερεθισμού που προκαλείται από την σεξουαλική επαφή ή άλλη ερωτική διέγερση.
- **Διεθνής Ταξινόμηση Λειτουργικότητας, Αναπηρίας και Υγείας (ICFDH)** – μια ταξινόμηση των τομέων της υγείας και των τομέων που σχετίζονται με την υγεία. Καθώς η λειτουργία και η αναπηρία ενός ατόμου συμβαίνει σε ένα πλαίσιο, η ICF περιλαμβάνει επίσης μια λίστα περιβαλλοντικών παραγόντων.
- **Κοινωνικές προκλήσεις** – προβλήματα που έχουν οι άνθρωποι όταν αλληλεπιδρούν με άτομα στην κοινωνία ή εμπλέκονται σε φυσιολογικές κοινωνικές συμπεριφορές.
- **Όρος "ομπρέλα"** – ένας όρος που χρησιμοποιείται για την κάλυψη μιας ευρείας κατηγορίας πραγμάτων αντί για ένα συγκεκριμένο αντικείμενο.
- **Περιορισμοί δραστηριότητας** – διάσταση της υγείας / αναπηρίας που καταγράφει μακροχρόνιο περιορισμό στην εκτέλεση συνηθισμένων δραστηριοτήτων (λόγω προβλημάτων υγείας). Οι δείκτες που βασίζονται σε αυτήν την έννοια μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την αξιολόγηση της γενικής κατάστασης της υγείας, της αναπηρίας και των σχετικών ανισοτήτων και των αναγκών υγειονομικής περίθαλψης σε επίπεδο πληθυσμού.
- **Περιορισμοί συμμετοχής** – ένα πρόβλημα που βιώνει ένα άτομο όταν εμπλέκεται σε διάφορες καταστάσεις της ζωής. Επομένως, η αναπηρία δεν είναι απλώς πρόβλημα υγείας.
- **Σεξουαλικές σχέσεις** – μια σχέση που περιλαμβάνει σεξουαλική οικειότητα.
- **Σεξουαλική ευχαρίστηση** - ευχαρίστηση που προέρχεται από σεξουαλικές δραστηριότητες.
- **Σεξουαλική δραστηριότητα** – ο τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι βιώνουν και εκφράζουν τη σεξουαλικότητά τους.
- **Σκύλος-βοηθός** – ένας εκπαιδευμένος σκύλος που βοηθά τον χειριστή του να ολοκληρώσει δραστηριότητες καθημερινής ζωής (ADL's) και είναι ειδικά εκπαιδευμένος για να βοηθήσει ένα άτομο με αναπηρία.
- **Στάσεις στο σεξ** – η σωματική στάση/τοποθέτηση δύο ή περισσότερων εραστών για σεξουαλική επαφή.
- **Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCPRD)** – είναι ένα Προαιρετικό Πρωτόκολλο των Ηνωμένων Εθνών για την αλλαγή στάσεων και προσεγγίσεων σε άτομα με αναπηρίες.
- **Σχεδιασμός/Προγραμματισμός** – μια διαδικασία σκέψης για τις δραστηριότητες που απαιτούνται για την επίτευξη ενός επιθυμητού στόχου.

ΕΝΟΤΗΤΑ 3 - ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΣΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗΣ. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΕΣ ΓΙΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

ΕΝΟΤΗΤΑ 3 - ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΣΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗΣ. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΕΣ ΓΙΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

Μαθησιακά αποτελέσματα

Υποενότητα 1 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτήν την υποενότητα είναι:

- Πώς να επικοινωνείτε με σεβασμό μαζί με άτομα με αναπηρίες
- Ποια είναι τα πιο συχνά λάθη που κάνουν συνήθως οι άνθρωποι όταν επικοινωνούν μαζί με άτομα με αναπηρίες
- Τι είναι οι μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες (soft skills)
- Πώς να χρησιμοποιήσετε αποτελεσματικά τις μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες για να οδηγήσετε μια καλή διαδικασία επικοινωνίας μαζί με άτομα με αναπηρίες

Υποενότητα 2 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτήν την υποενότητα είναι:

- Ποιες είναι οι πιο συνηθισμένες σωστές συμπεριφορές που πρέπει να διατηρεί ένα άτομο για να έχει καλή και σεβαστή σχέση μαζί με άτομα με διαφορετικές αναπηρίες
- Τι εμποδίζει την αποτελεσματική επικοινωνία;
- Πώς μπορούν να καθοριστούν τα εμπόδια και ποιοι τύποι υπάρχουν
- Πώς να ξεπεράσετε διαφορετικά εμπόδια

Υποενότητα 3 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτήν την υποενότητα είναι:

- Ποια βοηθήματα επικοινωνίας υπάρχουν για τους διάφορους τύπους αναπηριών
- Ένας γενικός οδηγός για το ποια είναι η καλύτερη στάση και ποιες είναι οι κατάλληλες αντιδράσεις που πρέπει να έχετε όταν μιλάτε σε ένα άτομο με διαταραχή αυτιστικού φάσματος.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 1. Τι είναι οι μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες (soft skills) και ποια είναι η γενική διαφορά μεταξύ των μαλακών/οριζόντιων και των σκληρών/κάθετων δεξιοτήτων (hard skills)

Καθορισμός της έννοιας επικοινωνίας

Αυτή η μονάδα θα ασχοληθεί με το θέμα της αποτελεσματικής, μη προσβλητικής και επαρκούς επικοινωνίας προς τα άτομα με αναπηρίες, και επίσης σχετικά με τις σεξουαλικές τους ανάγκες. Ως συγγενείς, εκπαιδευτές, βοηθοί και ειδικοί που ασχολούνται με άτομα με αναπηρίες, θα πρέπει να βελτιώσουμε την ικανότητα συνομιλίας μαζί τους χρησιμοποιώντας τις πιο κατάλληλες μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες (soft skills).

Γνωρίζετε ότι πολλοί άνθρωποι αισθάνονται άβολα να επικοινωνούν με άτομα με αναπηρίες; Αυτοί μπορεί να:

- μην είναι σίγουροι για τη χρήση της σωστής ορολογίας
- ανησυχούν ότι θα προσβάλουν το άτομο με αναπηρίες
- μην είναι εξοικειωμένοι με τις κατάλληλες στρατηγικές επικοινωνίας
- είχαν μια προηγούμενη δύσκολη εμπειρία



Έχετε συναντήσει ποτέ κάτι από τα παραπάνω; Ποια ήταν η εμπειρία σας όταν συναντήσατε και μιλήσατε για πρώτη φορά με ένα άτομο με αναπηρία; Έχετε ακούσει ποτέ κάποιον να χρησιμοποιεί λάθος λόγια μαζί του;



Χωρίστε την τάξη σε μικρές ομάδες εάν είναι δυνατόν ή διατηρήστε την τάξη σαν ομάδα. Μοιραστείτε εμπειρίες που σχετίζονται με τις παραπάνω ερωτήσεις για 20 λεπτά. Στόχος της δραστηριότητας είναι να επισημάνει πόσο συχνά χρησιμοποιούμε λανθασμένη γλώσσα και πόσο κοινότυπο είναι να νιώθετε αβέθαιοι για τη σωστή ορολογία.

Παραδείγματα θετικής και αρνητικής γλώσσας:

Θετική γλώσσα

Άτομο με αναπηρία

Άτομο που χρησιμοποιεί αναπηρική καρέκλα

Άτομο με ψυχική ασθένεια

Άτομο το οποίο είναι επιτυχές

Προσβάσιμο πάρκινγκ, τουαλέτες

Άτομο χωρίς αναπηρία

Αρνητική γλώσσα

ανάπηρος/κωφός/τυφλός/σακάτης/

άτομο με νοητική στέρηση

αποκλεισμένος/θύμα/πάσχοντας/

περιορισμένος/καθηλωμένος σε αναπηρικό

τρελός/μουντρός/ψυχοπαθής

γενναίος/ηρωικός/πρότυπο έμπνευσης

πάρκινγκ για ανάπηρους, τουαλέτες για ανάπηρους

κανονικό άτομο

Η επικοινωνία είναι ο λόγος για τον οποίο υπάρχει ή δεν υπάρχει μια σύγκρουση, και γιατί οι σχέσεις, προσωπικές ή επαγγελματικές είναι υγιείς και αποτελεσματικές ή όχι. Σε περίπτωση ατόμων με αναπηρίες πρέπει να δώσουμε μεγαλύτερη προσοχή στην επικοινωνία και να προσπαθήσουμε να την κάνουμε όσο το δυνατόν πιο ξεκάθαρη και αποτελεσματική.

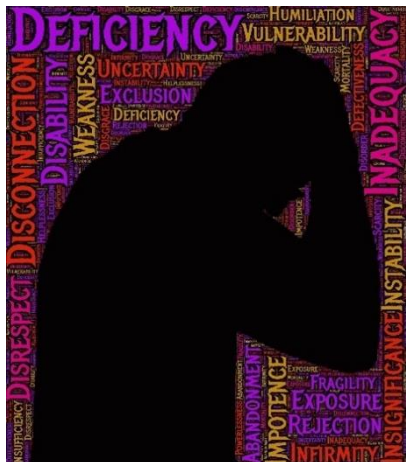


Αναγνωρίζετε τον εαυτό σας χρησιμοποιώντας τα πιο πάνω; Υπάρχουν άλλα παραδείγματα αρνητικής γλώσσας που γνωρίζετε / ακούτε; Πώς πιστεύετε ότι αυτό το είδος γλώσσας επηρεάζει τα άτομα με αναπηρίες; Καταιγισμός αισθημάτων και αντιδράσεων που μπορεί να συμβούν σε άτομα με αναπηρίες εάν δεν γίνει σωστή συζήτηση. (Στόχος της δραστηριότητας: συνειδητοποιήστε και επισημάνετε ποιες θα μπορούσαν να είναι οι αρνητικές αντιδράσεις μια ακατάλληλης ομιλίας).

Δυσκολίες επικοινωνίας για νέους και ενήλικες με αναπηρίες

Η επικοινωνία είναι μια αμφίδρομη διαδικασία. Αποτελεσματική επικοινωνία σημαίνει ότι ένα άτομο μπορεί όχι μόνο να μεταφέρει τις ανάγκες και τις επιθυμίες του σε άλλους, αλλά επίσης να καταλάβει τι προσπαθούν να επικοινωνήσουν οι άλλοι. Ο αντίκτυπος που μπορεί να έχει η αναπηρία στην ικανότητα επικοινωνίας είναι μερικές φορές δύσκολο να γίνει κατανοητό:

- Προσπαθήστε να φανταστείτε ότι:



- Δεν μπορείτε να πείτε σε κάποιον τι διαβάζετε σε αυτήν την ενότητα
- Δεν μπορείτε να βρείτε τις λέξεις που θέλετε να χρησιμοποιήσετε
- Οι λέξεις που λέτε είναι μπερδεμένες
- Άλλοι μιλούν για εσάς υποθέτοντας ότι ξέρουν τι θέλετε
- Δεν κατανοείτε τις λέξεις, εκφράσεις ή τις φράσεις των άλλων / Δεν είναι δυνατή η συμμετοχή σε μια συνομιλία με φίλους
- Αίσθημα αμηχανίας κάθε φορά που προσπαθείτε να επικοινωνήσετε

Δεν είναι δύσκολο να δείτε πως το να δυσκολεύεστε με την επικοινωνία θα μπορούσε να προκαλέσει απογοήτευση, το οποίο με τη σειρά του θα μπορούσε να οδηγήσει σε προκλητικές ή προβληματικές συμπεριφορές για νέους και ενήλικες με αναπηρίες.

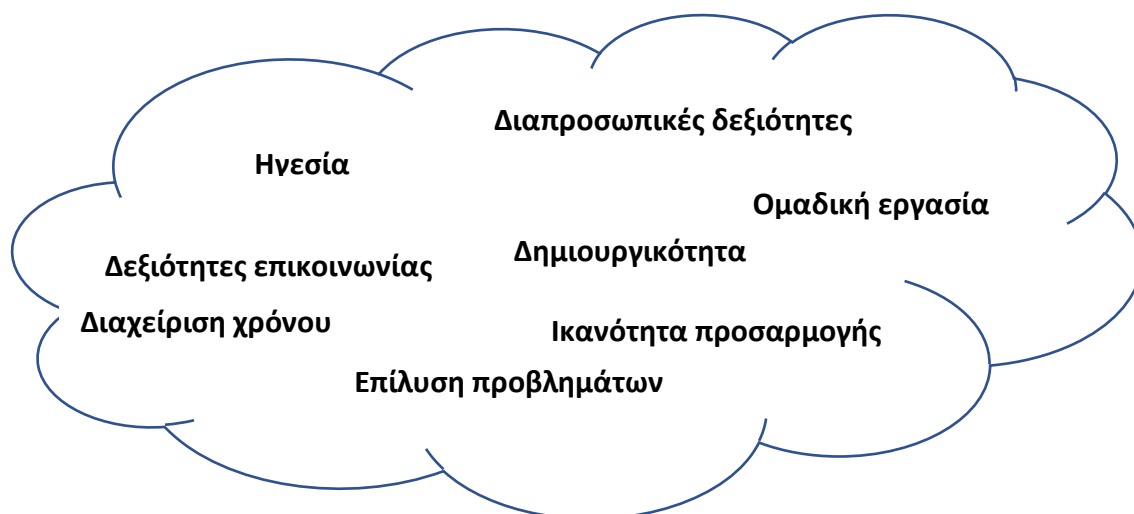
Ομαδική δραστηριότητα: Πώς μπορούμε να το ξεπεράσουμε αυτό; Ανταλλάξτε ιδέες στην τάξη και δώστε πιθανές λύσεις και μεθόδους για να ξεπεραστεί το πρόβλημα της ελλιπής επικοινωνίας.

Τι είναι οι μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες (soft skills)

Οι μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες σχετίζονται συνήθως με την προσωπικότητά σας. Είναι πιο υποκειμενικές και βασίζονται σε συναισθήματα σε σύγκριση με της σκληρές/κάθετες δεξιότητες. Δεν μπορείτε να προσδιορίσετε ποσοτικά τις μαλακές/οριζόντιες σας δεξιότητες, όπως για παράδειγμα πόσο καλός είστε στην επικοινωνία, ακόμα κι αν παρακολουθήσατε ένα μάθημα επικοινωνίας στο σχολείο και αν αλληλεπιδράτε με πελάτες καθημερινά.



Ανταλλάξτε ιδέες σχετικά με τις δεξιότητες που θεωρούνται μαλακές/οριζόντιες (soft) ή σκληρές/κάθετες (hard). Μελετήστε αυτά τα παραδείγματα για να σας καθοδηγήσουν:



Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Η επικοινωνία με άτομα με αναπηρία είναι μια πολύ περίπλοκη διαδικασία και δεν πρέπει να θεωρούμε δεδομένη την ικανότητά μας στην πράξη
- Η αποτελεσματική επικοινωνία μπορεί να πραγματοποιηθεί χρησιμοποιώντας ειδικές και συγκεκριμένες μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες (soft skills)
- Οι μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες (soft skills) βασίζονται συνήθως στο συναίσθημα και μπορούν να σας βοηθήσουν να επικοινωνήσετε με άτομα με αναπηρίες
- Διαφορετικές αναπηρίες μπορεί να χρειάζονται διαφορετικές μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες (soft skills) δεξιότητες στη διαδικασία επικοινωνίας

Παρακολουθήστε αυτό το βίντεο σχετικά με αυτά που έχουμε μάθει σε αυτήν την υποενοότητα!

<https://www.youtube.com/watch?v=nc9aAY6-ujQ>

Πηγές εικόνων:

1. Vector de Fondo creado por rawpixel.com - ¡Error! Referencia de hipervínculo no válida.>
2. Foto di John Hain

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. Επικοινωνία με άτομα με αναπηρίες: πώς να συμπεριφέρεστε και τι πρέπει να λάβετε υπόψη

Πώς μπορούν οι άνθρωποι να μιλούν και να ενεργούν με σεβασμό προς τα άτομα με αναπηρίες;



Κάντε μια συνεδρία με καταιγισμό ιδεών από την τάξη για τις προτάσεις που προτείνουν για την επίτευξη αποτελεσματικής ομιλίας και τη διατήρηση συμπεριφοράς με σεβασμό προς τα άτομα με αναπηρίες.

Σε αυτή την υποενότητα θα εξετάσουμε διαφορετικά παραδείγματα για τις συμπεριφορές, τις στάσεις και τις γλώσσες που πρέπει να έχουν και να χρησιμοποιούν οι άνθρωποι συνήθως σε επικοινωνίες με άτομα με αναπηρίες. Η ενότητα θα παρουσιάσει επίσης ποιες διαφορετικές μεθόδους επικοινωνίας μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά την ομιλία με άτομα με διαφορετικά είδη αναπηριών. Θυμηθείτε, κάθε επικοινωνία έχει νόημα, αλλά ίσως χρειαστεί να εργαστείτε πιο σκληρά για να το καταλάβετε.

Γενικές συμβουλές για επικοινωνία μαζί με άτομα με αναπηρία

- Μιλήστε σε ένα άτομο με αναπηρία, όπως θα μιλούσατε σε οποιονδήποτε άλλο. Μιλήστε του κατάλληλα βάση της ηλικίας του και συμπεριφερθείτε στους ενήλικες ως ενήλικες, μιλήστε απευθείας στο άτομο με αναπηρία.
- Βάλτε πρώτα το άτομο και όχι την αναπηρία του. Για παράδειγμα, χρησιμοποιήστε τον όρο «άτομο με αναπηρία» και όχι «ανάπηρο άτομο».
- Προσπαθήστε να αποφύγετε αρνητικές φράσεις όπως «πάσχει από» και «σακάτης». Χρησιμοποιήστε τη φράση «άτομα που χρησιμοποιούν αναπηρική καρέκλα» αντί για «καθηλωμένος σε αναπηρική καρέκλα».

Επικοινωνία με άτομα με σωματικές αναπηρίες

- Μην αγγίζετε και μην σπρώχνετε την αναπηρική καρέκλα ενός ατόμου, και μην μετακινείται τις πατερίτσες ή το μπαστούνι του χωρίς την άδεια του.
- Όταν μιλάτε μαζί με ένα άτομο που χρησιμοποιεί αναπηρική καρέκλα, προσπαθήστε να βρείτε κάπου να καθίσετε έτσι ώστε τα μάτια σας να βρίσκονται στο ίδιο επίπεδο.

Επικοινωνία με άτομα με προβλήματα όρασης



- Βεβαιωθείτε ότι έχετε εκφράσει λεκτικά οποιεσδήποτε σκέψεις ή συναισθήματα
- Μην αγγίζετε, μην ταΐζετε και μην αποσπάτε την προσοχή ενός σκύλου-οδηγού καθώς έχει το λουρί του
- Όταν εισέρχεστε ή εξέρχεστε από ένα δωμάτιο, πείτε κάτι έτσι ώστε να το

διατυπώσετε και να ενημερώσετε το άτομο ότι βρίσκεστε εκεί ή δεν βρίσκεστε εκεί πια

Επικοινωνία με άτομα με πρόβλημα ακοής

- Βεβαιωθείτε ότι έχετε την προσοχή του ατόμου πριν μιλήσετε. Δοκιμάστε ένα απαλό άγγιγμα στον ώμο, ένα νεύμα ή κάποιο άλλο οπτικό σήμα για να τραβήξετε την προσοχή του ατόμου
- Βεβαιωθείτε ότι το στόμα σας είναι ορατό προς το άτομο
- Χρησιμοποιήστε σύντομες προτάσεις
- Διατηρήστε την ένταση σε φυσικό επίπεδο - μην φωνάζετε

Επικοινωνία με άτομα με διανοητική αναπηρία

- Βεβαιωθείτε ότι έχετε την προσοχή του ατόμου πριν αρχίσετε να μιλάτε. Δοκιμάστε να χρησιμοποιήσετε το όνομά τους ή να κάνετε επαφή με τα μάτια
- Να θυμάστε ότι η γλώσσα του σώματός σας είναι σημαντική
- Να είστε συγκεκριμένοι και άμεσοι. Αποφύγετε να μιλάτε με περιλήψεις, ακρωνύμια, μεταφορές ή λογοπαίγνια

Επικοινωνία με άτομα με ψυχική διαταραχή

Η ψυχική ασθένεια είναι ένας γενικός όρος που αναφέρεται σε μια ομάδα ασθενειών που περιλαμβάνουν, αλλά δεν περιορίζονται σε:

- διαταραχές διάθεσης (όπως κατάθλιψη και διπολική διαταραχή)
- διαταραχές άγχους
- ψυχωτικές διαταραχές (όπως η σχιζοφρένεια και κάποιες μορφές διπολικής διαταραχής)

Τι πρέπει να έχετε υπόψη:

- Μερικά άτομα με παράνοια μπορεί να φοβούνται, επομένως να γνωρίζετε ότι μπορεί να χρειάζονται περισσότερο χώρο από εσάς.
- Φροντίστε να μιλήσετε με χαλαρό και ήρεμο τρόπο.
- Μιλήστε μαζί τους σε ένα άνετο χώρο, όπου πιθανότατα δεν θα σας διακόψει κανείς και όπου υπάρχουν ελάχιστες πιθανότητες για περισπασμούς.
- Μην τους λέτε ψέματα, καθώς θα χαλάσει οποιαδήποτε σχέση που ίσως θέλατε να δημιουργήσετε.
- Να αναγνωρίζεται όταν ένα άτομο αναστατώνεται ή συγχύζεται από την συνομιλία σας μαζί του.
- Εάν χρειαστεί, ορίστε όρια με το άτομο όπως θα κάνατε και με τους άλλους. Για παράδειγμα, "Έχω μόνο πέντε λεπτά για να μιλήσω μαζί σου" ή "Εάν φωνάζεις, δεν θα είμαι σε θέση για να σου μιλήσω".

Δέκα εντολές για επικοινωνία με άτομα με αναπηρίες

1. Μιλήστε απευθείας στο άτομο και όχι στον συνοδό του.
2. Προσφερθείτε για χειραψία!
3. Παρουσιάστε τον εαυτό σας και τους άλλους που είναι μαζί σας.
4. Μην επιχειρήσετε να βοηθήσετε χωρίς να ρωτήσετε πρώτα.
5. Αντιμετωπίστε τους ενήλικες ως ενήλικες. Μην καλείτε ενήλικες άνδρες και γυναίκες με αναπτυξιακή αναπηρία - «αγόρι (-α)» ή «κορίτσι (-α)».
6. Μην ακουμπάτε ή μην αράζετε στην αναπηρική καρέκλα κάποιου. Τα άτομα με σωματική αναπηρία αντιμετωπίζουν τις αναπηρικές καρέκλες τους ως προέκταση του σώματός τους.
7. Να ακούτε προσεκτικά όταν μιλάτε με άτομα που δυσκολεύονται να μιλήσουν. Περιμένετε να τελειώσουν..
8. Τοποθετήστε τον εαυτό σας στο ύψος των ματιών του συνομιλητή σας όταν μιλάτε με κάποιον σε αναπηρική καρέκλα ή πατερίτσες.
9. Ακουμπήστε στον ώμο ένα άτομο με πρόβλημα ακοής ή κουνήστε το χέρι σας έτσι ώστε να του τραβήξετε την προσοχή. Κοιτάξτε απευθείας το άτομο, μιλήστε καθαρά, αργά και εκφραστικά για να διαπιστώσετε εάν το άτομο μπορεί να διαβάσει τα χείλη σας.
10. Χαλαρώστε. Μην ντρέπεστε εάν χρησιμοποιείτε κοινά λόγια όπως "Θα σας δω αργότερα.", "Ακούσατε;" ή άλλες εκφράσεις που μπορεί να σχετίζονται με την αναπηρία ενός ατόμου.



«Ήμουν μια πολύ τυπική έφηβη σε σχέση με το σεξ. Το ήθελα και ήθελα να μάθω περισσότερα για αυτό. Όταν τα μαθήματα που πήρα στο σχολείο απέτυχαν να μου πουν πώς συμβαίνει το σεξ για τα άτομα με αναπηρίες, τότε απευθύνθηκα στα μέσα που χρησιμοποιούσαν τα παιδιά της δεκαετίας του 1990, το Google. Τα αποτελέσματα ήταν τρομακτικά. Οι περισσότεροι ιστότοποι μου είπαν ότι το καλό σεξ μάλλον δεν ήταν δυνατό και άλλοι ήταν απάνθρωποι. Εκείνη τη στιγμή συνειδητοποίησα ότι θα έπρεπε να το αντιληφθώ μόνη μου». Μάιος 2019 – Taylor Carmen

Εμπόδια επικοινωνίας

Τι τύπου εμπόδια γνωρίζουμε?



Τι πιστεύετε ότι είναι τα εμπόδια στην επικοινωνία; Είναι κάτι που όλοι μπορούν να συναντήσουν; Είναι κάτι που επηρεάζει ιδιαίτερα τα άτομα με αναπηρίες;

Γλωσσικοί φραγμοί

Η γλώσσα και η γλωσσική ικανότητα μπορεί να λειτουργήσουν ως εμπόδιο στην επικοινωνία. Ωστόσο, ακόμη και όταν επικοινωνείτε στην ίδια γλώσσα, η ορολογία που χρησιμοποιείται σε ένα μήνυμα μπορεί να λειτουργήσει ως εμπόδιο εάν δεν είναι πλήρως κατανοητή από τους παραλήπτες.

Παραδείγματα γλωσσικών φραγμών:

→ η υπερβολική χρήση λέξεων μπορεί να οδηγήσει σε παρεξηγήσεις.

→ η χρήση πολύ συγκεκριμένης γλώσσας ή ορολογίας και συντομογραφιών.

→ η χρήση καθομιλούμενης γλώσσας και έκφρασης μπορεί να θεωρηθεί προσβλητική.



Ψυχολογικά εμπόδια

Η ψυχολογική κατάσταση των ατόμων που επικοινωνούν θα επηρεάσει τον τρόπο αποστολής, λήψης και αντίληψης του μηνύματος.

Παραδείγματα ψυχολογικών εμποδίων:

→ τα αγχωμένα ή απασχολημένα άτομα δεν είναι τόσο δεκτά στο μήνυμα όπως θα ήταν σε μια κατάσταση ηρεμίας. Η διαχείριση του στρες είναι μια σημαντική προσωπική ικανότητα που επηρεάζει τις διαπροσωπικές σχέσεις.

→ θυμός: όταν είμαστε θυμωμένοι, είναι εύκολο να πούμε πράγματα που μπορεί αργότερα να μετανιώσουμε και να παρερμηνεύσουμε τι λένε οι άλλοι. Αυτά τα είδη συναισθημάτων θα μπορούσαν να είναι κοινά και σε άτομα με αναπηρία, αλλά η ικανότητά τους να αναγνωρίζουν τέτοια συναισθήματα και να τα ελέγχουν θα μπορούσε να μειωθεί.

Φυσιολογικά εμπόδια (αναφέρονται στις λειτουργίες του σώματος)

Φυσιολογικά εμπόδια στην επικοινωνία μπορεί να προκύψουν από τη φυσική κατάσταση του δέκτη.

Παραδείγματα φυσιολογικών εμποδίων:

→ ένας δέκτης με μειωμένη ακοή ενδέχεται να μην κατανοήσει πλήρως το περιεχόμενο μιας προφορικής συνομιλίας, ειδικά εάν υπάρχει σημαντικός θόρυβος στο παρασκήνιο.

→ ένα άτομο με βραχυπρόθεσμη απώλεια μνήμης δεν μπορεί να μεταδώσει το μήνυμα μετά από λίγο καθώς ξεχνά το μήνυμα και ως εκ τούτου η επικοινωνία αποτυγχάνει

Φυσικά εμπόδια (αναφέρονται στο σώμα)



Ένα παράδειγμα φυσικού εμποδίου στην επικοινωνία θα μπορούσε να είναι η κατάσταση ενός ατόμου μετά από χειρουργική επέμβαση, μετά από ένα ατύχημα, μετά από μια μακρά ασθένεια. Είναι η προσωρινή αδυναμία χρήσης του σώματος ενός ατόμου όπως συνήθως.

Συμπεριφορικά εμπόδια

Τα συμπεριφορικά εμπόδια είναι συμπεριφορές ή αντιλήψεις που εμποδίζουν τους ανθρώπους να επικοινωνούν αποτελεσματικά. Οι συμπεριφορικοί φραγμοί μπορούν να προκύψουν από

συγκρούσεις προσωπικότητας, κακή διαχείριση, αντίσταση στην αλλαγή ή προκατάληψη (ειδικά όταν μιλάτε ή αντιμετωπίζετε άτομα με αναπηρίες). Για να είστε αποτελεσματικός δέκτης μηνυμάτων, θα πρέπει να προσπαθήσετε να ξεπεράσετε τα προσωπικά σας συμπεριφορικά εμπόδια για να διασφαλίσετε την αποτελεσματικότερη επικοινωνία.

Η ικανότητα ακρόασης καθενός από εμάς συνδέεται αυστηρά με τη γνώση των αναγκών και των διαθέσεων μας, όσο περισσότερο γνωρίζουμε το τι μας συμβαίνει, τόσο περισσότερο θα είμαστε σε θέση να μην το προβάλλουμε στον συνομιλητή μας και να ξεχωρίζουμε με σαφήνεια και ειλικρίνεια την εμπειρία μας, έτσι ώστε να αφήσουμε χώρο και για την εμπειρία των άλλων. Σε άτομα με αναπηρίες αυτή η διαδικασία είναι ακόμη πιο ευαίσθητη και μπορεί να χρειαστεί η παρέμβαση ειδικών.

Πώς να ξεπεράσετε τα εμπόδια επικοινωνίας



Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να ανταλλάξουν ιδέες σχετικά με τις μεθόδους που γνωρίζουν και ποια τεχνολογικά βοηθήματα υπάρχουν, σύμφωνα με τις γνώσεις τους, για να βοηθήσουν και να υποστηρίξουν την επικοινωνία μεταξύ διαφορετικών ειδών αναπηρίας

Επαυξητική και Εναλλακτική Επικοινωνία (AAC)

Η επαυξητική και εναλλακτική επικοινωνία χρησιμοποιείται από άτομα που, μερικώς ή συνεχώς, δεν μπορούν να βασίζονται στην ομιλία τους. Για παράδειγμα, ένα άτομο που δεν έχει ακόμη αναπτύξει κατανοητή ομιλία μπορεί να χρησιμοποιήσει μια συσκευή εξόδου ομιλίας για να παράγει λέξεις. Όμως, καθώς η ομιλία του γίνεται πιο ξεκάθαρη, ίσως χρειαστεί να χρησιμοποιήσει αυτήν τη συσκευή σε ορισμένες μόνο περιπτώσεις.

Η επαυξητική και εναλλακτική επικοινωνία ενσωματώνει τις πλήρεις δυνατότητες επικοινωνίας του ατόμου και μπορεί να περιλαμβάνει τυχόν υπάρχουσες ομιλίες ή φωνητικά, χειρονομίες, χειροκίνητα σήματα και βοηθητική επικοινωνία. Η επαυξητική και εναλλακτική επικοινωνία είναι πραγματικά συνδυαστική, επιτρέποντας στα άτομα να χρησιμοποιούν κάθε δυνατή δυνατότητα επικοινωνίας. Με την πάροδο του χρόνου, η ικανότητα χρήσης συσκευών επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας μπορεί να αλλάξει, αν και μερικές φορές πολύ αργά, και το σύστημα επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας που επιλέγεται σήμερα μπορεί να μην είναι το καλύτερο σύστημα αύριο. Σε κάθε περίπτωση, ένα σύστημα επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας είναι μια ολοκληρωμένη ομάδα τεσσάρων στοιχείων που

χρησιμοποιείται από ένα άτομο για την ενίσχυση της επικοινωνίας. Αυτά τα τέσσερα στοιχεία είναι σύμβολα, βοηθήματα, τεχνικές και στρατηγικές.

- **Η εκφραστική επικοινωνία** αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο κάποιος μεταφέρει σκέψεις. Οι μέθοδοι εκφραστικής επικοινωνίας περιλαμβάνουν ομιλία, νοήματα, χειρονομία, αναφορά ή δάκρυα.
- **Η δεκτική επικοινωνία** αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο κάποιος ερμηνεύει ή κατανοεί την επικοινωνία που προέρχεται από τον αποστολέα. Η ακρόαση και η ανάγνωση είναι παραδείγματα δεκτικής επικοινωνίας.

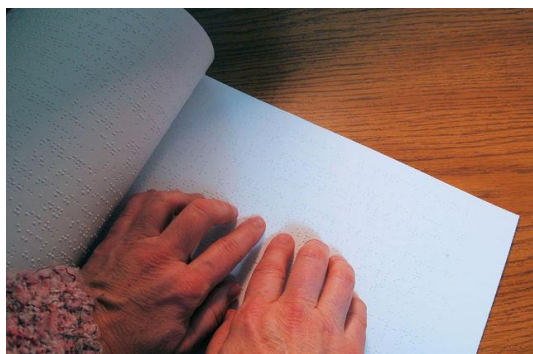
Προσυμβολική ή μη συμβολική επικοινωνία αναφέρεται στην επικοινωνία που δεν χρησιμοποιεί σύμβολα όπως λέξεις ή διακριτικά σημεία. Αυτό το είδος επικοινωνίας, επομένως, δεν έχει κοινό νόημα για τους άλλους. Μερικά άτομα με πολλαπλές αναπηρίες χρησιμοποιούν προσυμβολική επικοινωνία όταν κλαίνε, γελάνε, φτάνουν ή δείχνουν ως τρόπο επικοινωνίας τις σκέψεις τους και ο δέκτης πρέπει να μαντέψει τη σημασία των μηνυμάτων τους.

Επισκόπηση εναλλακτικών μεθόδων επικοινωνίας

Η ικανότητα να επικοινωνούμε τις ανάγκες και τις επιθυμίες μας είναι μία από τις πιο βασικές δραστηριότητες της ζωής. Για να είναι αποτελεσματική η επικοινωνία, ο αποστολέας και ο παραλήπτης πρέπει ο καθένας να κατανοήσει το μήνυμα που κοινοποιείται και τη μέθοδο που χρησιμοποιείται για την επικοινωνία. Όλοι οι άνθρωποι επικοινωνούν, αλλά μερικοί από αυτούς με προβλήματα όρασης, ψυχικές διαταραχές, ψυχολογικές διαταραχές και πρόσθετες αναπηρίες ενδέχεται να μην χρησιμοποιούν προφορική ή γραπτή γλώσσα. Ωστόσο, υπάρχει μια ποικιλία μεθόδων και συστημάτων επικοινωνίας που μπορεί να είναι κατάλληλα για άτομα με πολλαπλές αναπηρίες. Αυτά κυμαίνονται από χειρονομίες έως χειροκίνητα σήματα, έως συστήματα που χρησιμοποιούν αντικείμενα, εικόνες ή σύμβολα, έως τεχνολογικές συσκευές ή συνδυασμούς όλων αυτών των μεθόδων.

Τα παρακάτω είναι μερικοί όροι που μπορεί να ακούσετε σχετικά με τις μεθόδους επικοινωνίας:

Η συμβολική επικοινωνία αναφέρεται στην επικοινωνία που περιλαμβάνει ένα κοινό μήνυμα μεταξύ του αποστολέα και του παραλήπτη. Παραδείγματα συμβολικής επικοινωνίας περιλαμβάνουν ομιλία, νοηματική γλώσσα, γραφή [εκτύπωση ή μπράιγ (braille)], συστήματα επικοινωνίας μέσω εικόνων και συστήματα επικοινωνίας μέσω αφής.



Η νοηματική γλώσσα αναφέρεται σε σημάδια που γίνονται με το ένα ή και τα δύο χέρια που έχουν μια συγκεκριμένη έννοια και μπορεί να αντιπροσωπεύουν λέξεις ή ιδέες. Η αμερικανική νοηματική γλώσσα χρησιμοποιείται περισσότερο, αλλά

υπάρχουν και άλλα συστήματα. Τα σημάδια μπορούν να αναγνωριστούν οπτικά ή μέσω αφής κάνοντας τα σημάδια στο χέρι του δέκτη.

Τα συστήματα συμβόλων μπορούν να χρησιμοποιούν εικόνες, αντικείμενα ή άλλα σύμβολα αφής ως μέθοδο επικοινωνίας. Κάθε σύμβολο έχει ένα νόημα. Για παράδειγμα, ένα φλιτζάνι είτε μια εικόνα είτε ένα πραγματικό φλιτζάνι) μπορεί να αντιπροσωπεύει "Θέλω να πιω κάτι." Οι άνθρωποι μπορούν να δείξουν ένα σύμβολο σε έναν πίνακα ή σε ένα βιβλίο ή να δώσουν ένα σύμβολο σε κάποιον ώστε να εκφράσουν αυτό που θέλουν. Ή μπορείτε να τους δείξετε ένα σύμβολο για να τους ενημερώσετε για το τι πρόκειται να συμβεί στη συνέχεια.

Οι πίνακες επικοινωνίας ή τα βιβλία είναι δύο τύποι συστημάτων συμβόλων. Τα σύμβολα μπορούν να εμφανίζονται σε έναν πίνακα για να δείχνουν οι άνθρωποι ή μπορεί να είναι τοποθετημένα στις σελίδες ενός βιβλίου.

Η γνώση διαφορετικών εναλλακτικών μεθόδων επικοινωνίας μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε καλύτερα τους τρόπους με τους οποίους μπορείτε να βοηθήσετε τα άτομα με αναπηρίες να επικοινωνούν. Η συνεργασία με λογοθεραπευτές, ειδικούς επικοινωνίας, ή εκπαιδευτικούς/δασκάλους μαθητών με προβλήματα όρασης ή πολλαπλές αναπηρίες, μπορεί να είναι σημαντική στο σχεδιασμό και την ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους σε αυτόν τον τομέα.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Με την ανάπτυξη της συναισθηματικής σας νοημοσύνης, θα αντιληφθείτε περισσότερο πώς να επικοινωνείτε με άλλους με πιο κατάλληλους και πιο αποτελεσματικούς τρόπους χρησιμοποιώντας τις πιο κατάλληλες μεθόδους.
- Για να βελτιώσετε τις συνολικές σας επικοινωνιακές δεξιότητες, πρέπει να γνωρίζετε και να προσπαθείτε να ελαχιστοποιήσετε τα τυχόν εμπόδια στην επικοινωνία που υπάρχουν.

Παρακολουθήστε αυτό το βίντεο σχετικά με αυτά που έχουμε δει σε αυτήν την υποενότητα!

<https://www.youtube.com/watch?v=v7EomkHSHvY>

Πηγές εικόνων:

1. <https://pixy.org/110229/>
2. <https://www.maxpixels.net/Note-Sky-Problem-Road-Sign-Shield-Street-Sign-98376>
3. Foto di Travis Saylor da Pexels
4. <https://www.freestockimages.ru/fullscreen-page/comp-ius3fjyx/7db56bb4-0d96-4b28-95b2-e98e92868a10/135/%3Fi%3D135%26p%3D%26s%3D>
5. Φωτογραφία από [Julia Freeman-Woolpert](#) from Julia Freeman-Woolpert

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 3. Εμβάθυνση στις διαφορετικές μεθόδους επικοινωνίας



Αφήστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις εμπειρίες τους σχετικά με τις εμπειρίες τους με τους διαφορετικούς τύπους αναπηριών: πώς επιτυγχάνεται η επικοινωνία με τα άτομα; Τι βοηθήματα ή υποστήριξη χρησιμοποιούν; Σε ποια γνώση, εμπειρία ή μελέτη βασίζονται για να εφαρμόσουν μια αποτελεσματική επικοινωνία;



Βοηθήματα επικοινωνίας για άτομα με προβλήματα όρασης - μέθοδοι και συμβουλές

1. Βοηθοί φωνής μέσω κινητού για άτομα με απώλεια όρασης: ο βοηθός φωνής καθιστά την τεχνολογία προσβάσιμη σε άτομα με προβλήματα όρασης. Μπορείτε να ρωτήσετε πληθώρα ερωτήσεων. Υπάρχουν επίσης τύποι αναγνωστών οθόνης που είναι ενσωματωμένοι σε κινητά τηλέφωνα και μπορούν να διαβάσουν το τι δείχνει η οθόνη. Υπάρχει επίσης πιο εξελιγμένη τεχνολογία βοηθού φωνής. Για παράδειγμα, μερικά από αυτά μπορούν να κολλήσουν σε οποιοδήποτε ζευγάρι γυαλιών και παρέχουν διακριτικά ηχητικά σχόλια σχετικά με τον κόσμο γύρω από τον χρήστη. Χρησιμοποιούν την τελευταία λέξη της αναγνώρισης εικόνας για να διαβάσουν σήματα και έγγραφα, καθώς και να αναγνωρίσουν άτομα και δεν χρειάζεται σύνδεση στο διαδίκτυο.

2. Μεγεθυντές για βίντεο: Για όσους έχουν μειωμένη όραση, υπάρχουν μερικοί τρόποι μεγέθυνσης κειμένου. Πολλά είναι ενσωματωμένα στο λογισμικό (λειτουργικό σύστημα) που είναι εγκατεστημένο στη συσκευή σας.

3. Έξυπνο σπίτι: η χρήση των έξυπνων ηχείων και άλλης τεχνολογίας διευκολύνει την προσαρμογή των ανθρώπων στο σπίτι, επιτρέποντάς τους να παραμείνουν ανεξάρτητοι για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα και να αναζητήσουν βραχυπρόθεσμη φροντίδα παρά βοήθεια πλήρους απασχόλησης. Αυτές οι οικιακές συσκευές μπορούν να διαμορφωθούν με δεξιότητες, οι οποίες μπορούν να εκτελέσουν πολλές εργασίες χρησιμοποιώντας μόνο τη φωνή σας.

4. Εφαρμογές για τη βελτίωση της ζωής των ατόμων με προβλήματα όρασης: η χρήση εφαρμογών σημαίνει ότι είναι εύκολο να λάβετε βοήθεια μέσω μιας απλής λήψης. Υπάρχουν πολλές εφαρμογές για μαθητές με προβλήματα όρασης και ηλικιωμένους. Ορισμένες από αυτές, για παράδειγμα, εκτελούν μερικές εργασίες, συμπεριλαμβανομένης της δυνατότητας αναγνώρισης ενός προϊόντος με ακουστικό τρόπο χρησιμοποιώντας μόνο τον ραδιοκώδικα. Άλλες εφαρμογές, για παράδειγμα, βοηθούν άτομα με προβλήματα όρασης να βρουν το δρόμο τους ή να μετρήσουν τα χρήματά τους. Οι χρήστες απλά τραβούν μια φωτογραφία από τα χρήματά τους στην εφαρμογή και περιμένουν να τους πουν το νόμισμα και την αξία μέσω φωνητικής ενεργοποίησης.

5. Λογισμικό μετάφρασης Μπράιγ (Braille) και ανάγλυφες αποτυπώσεις: το λογισμικό μετάφρασης Μπράιγ χρησιμοποιείται όταν τα συστήματα εξόδου ομιλίας είναι λιγότερο αποτελεσματικά, δηλαδή σε τεχνικούς κλάδους που χρησιμοποιούν σύμβολα και κωδικοποίηση όπως η πληροφορική και τα μαθηματικά. Αυτό το λογισμικό του μπορεί να μετατρέψει ηλεκτρονικά έγγραφα σε κώδικα μπράιγ που μπορεί στη συνέχεια να εκτυπωθεί σε ειδικό χαρτί. Αυτό επιτρέπει αποτελεσματικά σε άτομα με προβλήματα όρασης να διαβάσουν οποιοδήποτε ηλεκτρονικό έγγραφο το οποίο είναι διαθέσιμο στο διαδίκτυο.

Καθώς βρίσκετε την καταλληλότερη βοήθεια ή μέθοδο για να βοηθήσετε τα άτομα με προβλήματα όρασης να επικοινωνούν με άλλους, λάβετε υπόψη τα εξής:

- Προσδιορίστε τον εαυτό σας
- Μιλήστε φυσικά και καθαρά
- Συνεχίστε να χρησιμοποιείτε τη γλώσσα του σώματος. Αυτό θα επηρεάσει τον τόνο της φωνής σας και θα δώσει πολλές επιπλέον πληροφορίες στο άτομο με προβλήματα όρασης
- Μιλήστε στην καθομιλουμένη. Μην αποφεύγετε λέξεις όπως "δες" ή "κοίτα" ή μιλάτε για καθημερινές δραστηριότητες, όπως είναι η παρακολούθηση της τηλεόρασης ή κάποιο βίντεο
- Μην διοχετεύετε ποτέ συνομιλία μέσω τρίτου ατόμου
- Μην αποχωρείτε από μια συνομιλία με ένα άτομο χωρίς να τον ενημερώσετε
- Χρησιμοποιήστε ακριβή και συγκεκριμένη γλώσσα όταν δίνετε οδηγίες. Για παράδειγμα, "η πόρτα είναι στα αριστερά σας".

Βοηθήματα επικοινωνίας για άτομα με προβλήματα ακοής - μέθοδοι και συμβουλές

1. Ενισχυμένα τηλέφωνα: μπορούν να παρέχουν επιπρόσθετη ένταση ήχου που απαιτείται για να γίνουν οι τηλεφωνικές συνομιλίες πιο προσιτές και απολαυστικές. Τα περισσότερα ενισχυμένα τηλέφωνα έχουν πολύ δυνατό ήχο ειδοποιήσεων, είναι συμβατά βοηθήματα ακοής και περιλαμβάνουν λειτουργίες όπως αναγνώριση κλήσης ομιλίας, οπτικές ειδοποιήσεις, μεγάλους ή φωτεινούς αριθμούς, βοηθητικό σύστημα ακρόασης (neck loop) ή υποδοχές ακουστικών.



2. Βιντεοκλήση: υπάρχει λογισμικό το οποίο παρέχει τη πλησιέστερη ισοδύναμη κλήση με μια παραδοσιακή τηλεφωνική κλήση. Λειτουργούν σε διαφορετικές συσκευές με κάμερα προς τα μπροστά. Είναι μια από τις πιο δημοφιλείς μεθόδους επικοινωνίας μεταξύ ατόμων με προβλήματα ακοής. Μπορείτε να δείτε το άτομο που καλείτε σε λειτουργία πλήρους οθόνης ή σε μορφή εικόνας, όπου εμφανίζεται και η δική σας εικόνα.

3. Μετάφραση νοηματικής γλώσσας: διευκολύνει τις συνομιλίες σε πραγματικό χρόνο συνδυάζοντας τεχνολογίες που μεταφράζουν ή μετατρέπουν προφορικές λέξεις σε νοηματική γλώσσα, φωνή σε κείμενο και κείμενο σε ομιλία. Η λύση συνδυάζει λογισμικό και υλικό και μπορεί να συνδεθεί με ακουστικά βαρηκοΐας ενός χρήστη, κοχλιακό επεξεργαστή ομιλίας ή σύστημα ακρόασης FM. Περιλαμβάνει μια βάση δεδομένων με πάνω από 30.000 λέξεις και 9.000 βιντεοκλίπ νοηματικής γλώσσας. Όταν ένα άτομο μιλάει, μεταφράζει τα λόγια

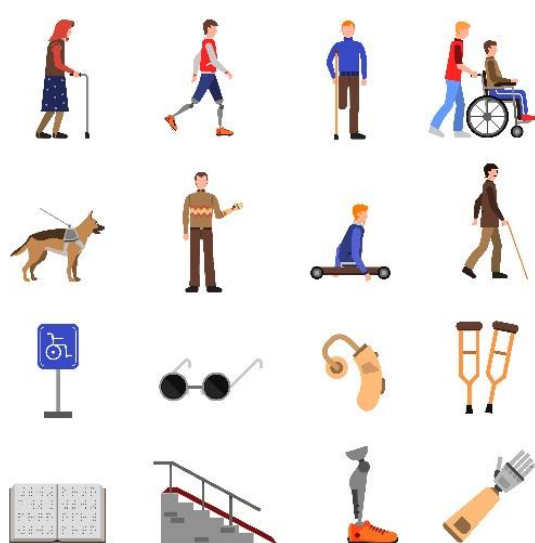
του σε κείμενο ή νοηματική γλώσσα και ακολούθως ο χρήστης με πρόβλημα ακοής μπορεί να απαντήσει σε αυτό το άτομο. Ο μεταφραστής είναι ιδιαίτερα χρήσιμος όταν δεν υπάρχει διαθέσιμος διερμηνέας νοηματικής γλώσσας. Μπορεί επίσης να αυξήσει την μάθηση, να κάνει την εκπαίδευση πιο αποτελεσματική, να βελτιώσει τις ευκαιρίες εργοδότησης που προωθούν την ανεξαρτησία και να βοηθήσει τα σχολεία και τους εργοδότες να συμμορφωθούν με τις ομοσπονδιακές εντολές.

Καθώς βρίσκεται την πιο κατάλληλη βοήθεια ή μέθοδο για να βοηθήσετε άτομα με προβλήματα ακοής ώστε να επικοινωνούν με άλλους, λάβετε υπόψη τα εξής:

- Τραβήξτε την προσοχή του ατόμου πριν μιλήσετε
- Συμπεριλάβετε το άτομο στο θέμα της συζήτησης
- Μιλάτε αργά και καθαρά, αλλά μην φωνάζετε και μην υπερβάλλετε

- Κοιτάζετε απευθείας προς το άτομο όταν μιλάτε
- Μην τοποθετείτε τίποτα στο στόμα όταν μιλάτε
- Διατηρήστε επαφή με τα μάτια του
- Χρησιμοποιήστε τις λέξεις 'εγώ' και εσύ, όχι "αυτός" ή "αυτή"
- Αποφύγετε να στέκεστε μπροστά από μια πηγή φωτός, όπως ένα παράθυρο ή ένα έντονο φως
- Πρώτα επαναλάβετε και, στη συνέχεια, προσπαθήστε να επαναδιατυπώσετε μια σκέψη εάν έχετε προβλήματα στο να σας κατανοήσουν, αντί να επαναλάβετε ξανά τις ίδιες λέξεις
- Χρήση παντομίμας, γλώσσας του σώματος και την έκφραση του προσώπου σας για να συμπληρώσετε την επικοινωνία σας

Βοηθήματα επικοινωνίας για άτομα με ψυχικές διαταραχές - πώς;



Οι ψυχικές διαταραχές είναι διαφορετικές και δείχνουν διαφορετικά επίπεδα δυσκολίας όταν πρόκειται για επικοινωνία. Μερικές φορές υπάρχουν ψυχολογικά εμπόδια για μια αποτελεσματική επικοινωνία και μερικές φορές τα εμπόδια είναι φυσικά. Το καθένα πρέπει να επεξεργαστεί διαφορετικά και συγκεκριμένα. Σε κάθε περίπτωση, η βοήθεια ενός ειδικού πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά την προσπάθεια βελτίωσης των δεξιοτήτων επικοινωνίας.

Παρακάτω ακολουθεί μια λίστα με θετικές και γενικές συμπεριφορές που θα μπορούσαν να βοηθήσουν στην πραγματοποίηση μιας ποιοτικής επικοινωνίας.

1. Αποφύγετε να μιλήσετε εκ μέρους του ατόμου. Εάν υπάρχει παύση ή καθυστέρηση πριν από την επικοινωνία, περιμένετε να απαντήσει.
2. Αποφύγετε να μιλάτε για σύνθετα συναισθηματικά θέματα στην παρουσία τους, ειδικά σε περιόδους κρίσης.
3. Αποφύγετε να υποθέσετε τι σκέφτονται, τις επιθυμίες ή τις ανάγκες τους, ακόμη και πριν το πουν. Μιλάτε μόνο για τον εαυτό σας. Ακούστε τι λένε, ακόμα κι αν δεν συμφωνείτε με αυτό.

4. Εάν δεν μπορείτε να καταλάβετε τι λένε, ζητήστε τους να μιλήσουν πιο καθαρά. Μην προσπαθήσετε να ανακαλύψετε το κρυφό νόημα μόνοι σας.
5. Να εκτιμάτε τη θετική συμπεριφορά του ατόμου και να τον υποστηρίζετε όταν περνάει μια δύσκολη στιγμή.
6. Μόνο ένα μέλος της οικογένειας πρέπει να μιλά κάθε φορά, καθώς είναι δύσκολο να ακούσετε δύο άτομα ταυτόχρονα. Αυτό θα συμβάλει επίσης στην αύξηση του σεβασμού προς το άτομο με ψυχική ασθένεια.
7. Εάν το άτομο με ψυχική ασθένεια αισθάνεται πιεσμένο να μιλήσει, μπορείτε να το διαβεβαιώσετε λέγοντας του ότι είναι εντάξει εάν δεν θέλει να μιλήσει, αλλά εάν το επιθυμεί, οι άλλοι θα παραμείνουν σιωπηλοί και θα τον ακούσουν.

Επικοινωνία με άτομα με διαταραχή αυτιστικού φάσματος – πώς;

Διαβάστε τις γρήγορες συμβουλές μας σχετικά με την αλληλεπίδραση με αυτιστικό άτομο και την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι αυτιστικοί άνθρωποι μπορούν να εκφραστούν. Οι συμβουλές μας περιλαμβάνουν πληροφορίες για τα διάφορα στάδια επικοινωνίας και ανάπτυξης. Αυτός ο γρήγορος οδηγός μπορεί να σας βοηθήσει να επικοινωνήσετε πιο αποτελεσματικά με ένα αυτιστικό άτομο.

Δεν δίνουν προσοχή σε αυτά που λέω

- Να χρησιμοποιείτε πάντα το όνομά τους στην αρχή, ώστε να γνωρίζουν ότι απευθύνεστε σε αυτούς.
- Βεβαιωθείτε ότι προσέχουν πριν κάνετε μια ερώτηση ή δώσετε μια οδηγία. Τα σημάδια ότι κάποιος προσέχει θα είναι διαφορετικά για διαφορετικούς ανθρώπους.
- Χρησιμοποιήστε το ιδιαίτερο ενδιαφέρον τους, ή τη δραστηριότητα που κάνουν εκείνη τη στιγμή, για να τους εμπλέξετε

Είναι δύσκολο να επεξεργαστούν αυτά που λέω

Ένα αυτιστικό άτομο μπορεί να δυσκολευτεί να φιλτράρει τις λιγότερο σημαντικές πληροφορίες. Εάν υπάρχουν πάρα πολλές πληροφορίες, μπορεί να οδηγήσει σε «υπερφόρτωση», όπου δεν είναι δυνατή η επεξεργασία περαιτέρω πληροφοριών.

- Πείτε λιγότερα και πείτε τα αργά.
- Χρησιμοποιήστε συγκεκριμένες λέξεις κλειδιά, επαναλαμβάνοντας και τονίζοντας τις.
- Σταματήστε ανάμεσα σε λέξεις και φράσεις για να δώσετε στο άτομο χρόνο να επεξεργαστεί αυτό που έχετε πει και να του δώσετε την ευκαιρία να σκεφτεί μια απάντηση.
- Μην κάνετε πάρα πολλές ερωτήσεις.

- Χρησιμοποιήστε λιγότερη μη λεκτική επικοινωνία (π.χ. επαφή με τα μάτια, εκφράσεις του προσώπου, χειρονομίες, γλώσσα του σώματος) όταν ένα άτομο δείχνει σημάδια άγχους.
- Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα
- Να έχετε επίγνωση του περιβάλλοντος (θορυβώδεις/γεμάτο) στο οποίο βρίσκεστε. Οι αισθητηριακές εισροές μπορούν να επηρεάσουν τα πόσα μπορούν να επεξεργαστούν.

Δυσκολεύονται με ερωτήσεις ανοικτού τύπου

- Κρατήστε τις ερωτήσεις σύντομες.
- Κάντε μόνο τις πιο απαραίτητες ερωτήσεις.
- Δομήστε τις ερωτήσεις σας, θα μπορούσατε να προσφέρετε εναλλακτικές δυνατότητες ή επιλογές.
- Να είστε συγκεκριμένοι. Για παράδειγμα, ρωτήστε "Σας άρεσε το μεσημεριανό σας;" και "Σας άρεσαν τα μαθηματικά;" αντί για το "Πώς ήταν η μέρα σας;".

Δεν ζητάνε βοήθεια

- Δώστε τους για να χρησιμοποιήσουν μια κάρτα οπτικής βοήθειας.

Παίρνουν τα πάντα τους μετρητοίς

- Αποφύγετε τη χρήση ειρωνείας, σαρκασμού, μεταφορικής γλώσσας, ρητορικών ερωτήσεων, ιδιωτισμών ή υπερβολής. Εάν τα χρησιμοποιείτε, εξηγήστε τι έχετε πει και ξεκαθαρίστε τι πραγματικά θέλετε να πείτε.

Με χτυπούν αν δεν θέλουν να κάνουν κάτι

- Χρησιμοποιήστε ένα ημερολόγιο συμπεριφοράς για να βρείτε μια λύση εάν αυτή η συμπεριφορά του είναι ένας τρόπος για να σας πει κάτι.
- Προσφέρετε άλλους τρόπους έκφρασης του «όχι» ή του «σταμάτα».

Αντιδρούν άσχημα όταν λέω όχι

- Δοκιμάστε να χρησιμοποιήσετε μια διαφορετική λέξη ή σύμβολο.
- Μπορεί να μπερδευτούν για το γιατί είπατε όχι. Εάν είναι μια δραστηριότητα που μπορούν να κάνουν αργότερα εκείνη την ημέρα ή την εβδομάδα, δοκιμάστε να το δείξετε σε ένα χρονοδιάγραμμα.
- Το όχι χρησιμοποιείται συχνά όταν κάποιος θέτει τον εαυτό του ή τους άλλους σε κίνδυνο. Εάν πρόκειται για ζήτημα ασφάλειας, προσπαθήστε να βρείτε ένα τρόπο επεξήγησης του κινδύνου και της ασφάλειας.
- Εάν λέτε όχι επειδή συμπεριφέρονται ακατάλληλα, ίσως θελήσετε να αλλάξετε την αντίδρασή σας προς στη συμπεριφορά τους. Προσπαθήστε να μην φωνάξετε ή να δώσετε υπερβολική προσοχή, μια ήρεμη αντίδραση μπορεί να βοηθήσει στη μείωση αυτής της συμπεριφοράς στη πάροδο του χρόνου.

- Ορίστε σαφή όρια και εξηγήστε γιατί και πού είναι αποδεκτό και μη αποδεκτό να συμπεριφέρεστε με συγκεκριμένους τρόπους.



*Ποια από τα παραπάνω γνωρίζετε ήδη πριν από αυτήν την συνάντηση;
Μοιραστείτε την εμπειρία σας (θετική ή αρνητική).
Ποιο πιστεύετε ότι θα χρησιμοποιούσατε;
Έχετε προτάσεις ή διαφορετικές συμβουλές για τη βελτίωση της
επικοινωνίας με άτομα με αναπηρίες; Μοιραστείτε τις απόψεις σας στην
τάξη.*

Επικοινωνία συναισθημάτων και σεξουαλικότητας

Τα άτομα με αναπηρία απαιτούν επίσης σεξουαλική εκπαίδευση που:

- τους διδάσκει ότι τα άτομα με αναπηρία μπορούν να έχουν σεξουαλική ζωή
- καλύπτει σεξουαλικά ζητήματα κατάλληλα για την ηλικία τους που μπορεί να σχετίζονται με την ιδιαίτερη αναπηρία τους
- εξηγεί τους κοινωνικούς κανόνες, όπως η διαφορά μεταξύ ιδιωτικών και δημόσιων συμπεριφορών
- παραδίδεται με τρόπο που ένα άτομο με διανοητική αναπηρία μπορεί να κατανοήσει.

Είναι σημαντικό για τους γονείς, τους εκπαιδευτές και τους φροντιστές να έχουν πρόσβαση στις πληροφορίες που χρειάζονται για να υποστηρίξουν το άτομο στην αντιμετώπιση συγκεκριμένων προκλήσεων που μπορεί να αντιμετωπίσει.

Ένα άτομο με αναπηρία μπορεί να χρειαστεί επιπρόσθετη υποστήριξη για να εξερευνήσει τη σεξουαλικότητα και τις σχέσεις. Αυτό μπορεί να είναι ιδιαίτερα σχετικό με άτομα με υψηλές ανάγκες υποστήριξης, για παράδειγμα, εκείνα που ζουν με τους γονείς τους ή σε σπίτια που παρέχουν υποστήριξη/βοήθεια ή εκείνα που χρειάζονται βοήθεια με την επικοινωνία ή προσωπική φροντίδα, όπως τουαλέτα.

Άτομα σε αυτές τις καταστάσεις μπορεί να θέλουν σεξουαλικές σχέσεις, αλλά κακώς, αυτό δεν επιτρέπεται από τους γονείς ή τους φροντιστές τους. Μπορεί να μην υπάρχει η ιδιωτικότητα που απαιτείται για την σεξουαλική δραστηριότητα. Οι περιορισμοί στο σπίτι μπορεί να οδηγήσουν ορισμένα άτομα σε μη ασφαλή ή παράνομη δραστηριότητα, όπως σεξ σε πάρκα ή άλλους δημόσιους χώρους. Μερικές φορές, ένα άτομο με διανοητική αναπηρία μπορεί να παρουσιάσει ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά, όπως δημόσιος αυνανισμός ή επιδιώκει σεξ με ανηλίκους ή δημόσια. Αυτό είναι πιο πιθανό να συμβεί όταν το άτομο δεν έχει κατάλληλες σεξουαλικές διεξόδους ή δεν έχει λάβει κατάλληλη εκπαίδευση σχετικά με την περίπλοκη κοινωνική εθιμοτυπία και τα νομικά ζητήματα σχετικά με τη σεξουαλική συμπεριφορά και τις σχέσεις. Η κατάλληλη εκπαίδευση και η συμπεριφορική κατάρτιση είναι, στις περισσότερες περιπτώσεις, καλύτεροι τρόποι αντιμετώπισης ζητημάτων όπως αυτά και

οδηγούν σε έναν πιο συνειδητό και επιτυχημένο τρόπο για τα άτομα με αναπηρία να ζουν τη σεξουαλική τους ζωή πιο εύκολα, αναγνωρίζοντας τα συναισθήματα και τους συναισθηματικούς παράγοντες.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Διαφορετική αναπηρία σημαίνει διαφορετικούς τύπους επικοινωνίας.
- Λάβετε υπόψη ότι η λέξη “ανάπηρος” είναι ένας γενικός όρος, θα πρέπει να προσαρμόσετε τη συμπεριφορά και τη στάση σας στις διαφορετικές ανάγκες του ατόμου με αναπηρία με την οποία σχετίζεται.
- Κάθε διαδικασία επικοινωνίας μπορεί να υποστηρίζεται από διαφορετικά τεχνολογικά βοηθήματα.
- Για την επικοινωνία σχετικά με την σεξουαλικότητα απαιτείται επαρκής εκπαίδευση, τόσο για γονείς, εκπαιδευτικούς, φροντιστές όσο και για άτομα με αναπηρίες.

Παρακολουθήστε αυτό το βίντεο σχετικά με αυτά που έχουμε δει σε αυτήν την υποενότητα!

<https://www.youtube.com/watch?v=qB2Fk0KdUuo>

Πηγές εικόνων:

1. Affari foto creata da peoplecreations - it.freepik.com
2. Foto di OpenClipart-Vectors da Pixabay
3. Affari vettore creata da macrovector - it.freepik.com

ΑΥΤΟ- ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

1. Τι είναι η επικοινωνία; Επιλέξτε τη σωστή επιλογή:
 - A) Είναι η διαδικασία της συνομιλίας με έναν συνομιλητή
 - B) Είναι ένα φαινόμενο που μπορεί να συμβεί μόνο όταν οι άνθρωποι μιλούν την ίδια γλώσσα
 - Γ) Είναι η διαδικασία αποστολής και λήψης πληροφοριών
 - Δ) Είναι όταν ακούω κάποιον
2. Η διαφορά μεταξύ ενός ψυχολογικού φραγμού και ενός φυσικού φραγμού είναι ότι ένα φυσικό εμπόδιο δεν είναι για πάντα, ωστόσο, ένα ψυχολογικό εμπόδιο είναι μη αναστρέψιμο
Σωστό Λάθος
3. Συμπληρώστε το κενό με την καταλληλότερη λέξη: η παράγραφος είναι μέρος της ενότητας 3 και αφορά τη συμπεριφορά που πρέπει να διατηρείτε ενώ αντιμετωπίζετε άτομα με διαταραχή αυτιστικού φάσματος. Αντιδρούν άσχημα όταν λέω όχι: Προσπαθήστε να χρησιμοποιήσετε διαφορετική λέξη ή ένα
4. Το «Όχι» συχνά χρησιμοποιείται όταν κάποιος θέτει τον εαυτό του ή άλλους σε
Εάν πρόκειται για ζήτημα ασφαλείας, ρίξτε μια ματιά στους τρόπους εξήγησης του κινδύνου και της ασφάλειας.
5. Εάν λέτε «όχι» επειδή συμπεριφέρονται ακατάλληλα, ίσως θελήσετε να αλλάξετε την σας στη συμπεριφορά τους. Προσπαθήστε να μη φωνάξετε ή να δώσετε υπερβολική προσοχή, μια ήρεμη αντίδραση μπορεί να βοηθήσει στη μείωση αυτής της συμπεριφοράς εγκαίρως.
6. Για να θέσετε σαφείς φραγμούς και να εξηγήσετε γιατί και που είναι αποδεκτό ή μη αποδεκτό να συμπεριφέρεστε με ορισμένους τρόπους, είναι ένας σωστός τρόπος προσέγγισης ατόμων με διαταραχή αυτιστικού φάσματος. Σωστό ή λάθος;
Σωστό Λάθος
7. Εάν θέλετε να έχετε την προσοχή ενός ατόμου με διαταραχή αυτιστικού φάσματος, θα πρέπει να αποφεύγετε να τους αποκαλείτε ονομαστικά, αλλά θα πρέπει να τους κρατήσετε από το χέρι και να το κουνάτε ευγενικά. Σωστό ή λάθος;
Σωστό Λάθος
8. Επιλέξτε ποιο από τα παρακάτω είναι ένα παράδειγμα θετικής γλώσσας για χρήση όταν μιλάτε σε άτομα με αναπηρίες:
 - A) Καθυστέρηση
 - B) Θύμα αυτισμού
 - Γ) Άτομο με οπτική διαταραχή

Δ) Άτομα με ειδικές ανάγκες

9. Τι είναι οι μαλακές δεξιότητες; Σημειώστε τη λιγότερο κατάλληλη δεξιότητα/ στάση που πρέπει να χρησιμοποιήσετε όταν αντιμετωπίζετε την ακόλουθη κατάσταση: Ένα άτομο με διαταραχή αυτιστικού φάσματος δεν θέλει να σας ακούσει, αλλά πρέπει να είστε βέβαιοι ότι κατανοεί τις οδηγίες σας, θα χρειαστείτε:
- A) Επίλυση προβλήματος
 - B) Προσαρμοστικότητα
 - Γ) Αυστηρότητα
 - Δ) Διαπροσωπικές δεξιότητες
10. Τι είναι μαλακές δεξιότητες; Σημειώστε τη λιγότερο κατάλληλη δεξιότητα/ στάση που πρέπει να χρησιμοποιήσετε όταν αντιμετωπίσετε την ακόλουθη κατάσταση: Ένα άτομο με οπτική διαταραχή ζητά οδηγίες κατά μήκος του δρόμου, αλλά κανείς δεν φαίνεται να μπορεί να βοηθήσει, θα χρειαστείτε:
- 1. Δεξιότητες επικοινωνίας
 - 2. Δυνατή φωνή και ισχυρή προσωπικότητα
 - 3. Προσαρμοστικότητα
 - 4. Δημιουργικότητα
11. Ποια είναι η καλύτερη συμπεριφορά που θα πρέπει να προσπαθήσετε να διατηρήσετε όταν έχετε να κάνετε με ένα άτομο με αναπηρία; Επιλέξτε τη σωστή δήλωση:
- A) Μιλάτε γρήγορα και δυνατά
 - B) Διατηρήστε τη σιωπή, ακούοντας και κάνοντας παύσεις κατά τη διάρκεια της ομιλίας
 - Γ) Ψιθυρίστε, αστειευτείτε και γελάτε
 - Δ) Υποθέστε πράγματα σχετικά με αυτούς ή για την κατάσταση τους όταν δεν μπορούν να εκφραστούν σωστά

Δραστηριότητες Εκπαίδευσης στην Τάξη

Εργαλεία και απαιτούμενο υλικό για τις δραστηριότητες

- Υπολογιστή/ tablet/ κινητό (smartphone)
- Σύνδεση στο διαδίκτυο
- Μέσα για τη λήψη σημειώσεων (αναλογικά/ ψηφιακά – κατά προτίμηση)



Δραστηριότητα 1

Η άσκηση οριγκάμι:

Πρόκειται για μια γρήγορη και εύκολη δραστηριότητα που δείχνει πώς οι ίδιες οδηγίες ερμηνεύονται διαφορετικά από διαφορετικά άτομα και υπογραμμίζει τη σημασία της σαφούς επικοινωνίας.

Οδηγίες:

Δώστε ένα φύλλο χαρτιού μεγέθους A4 σε κάθε άτομο.

Πείτε στην ομάδα ότι θα αρχίσετε να τους δίνετε όλες τις οδηγίες για το πώς θα διπλώσουν το χαρτί για να δημιουργήσουν ένα σχήμα origami.

Πείτε στην ομάδα ότι ενώ τους δίνετε τις οδηγίες, πρέπει να έχουν τα μάτια κλειστά και πως δεν μπορούν να κάνουν ερωτήσεις.

Διαβάστε τις ακόλουθες οδηγίες επιτρέποντας αρκετό χρόνο στα άτομα να ολοκληρώσουν κάθε βήμα:

- 1) Διπλώστε το φύλλο χαρτιού στη μέση
- 2) Σκίστε την επάνω δεξιά γωνία
- 3) Διπλώστε ξανά το χαρτί σας στη μέση
- 4) Σκίστε την κάτω δεξιά γωνιά
- 5) Διπλώστε το χαρτί σας στη μέση
- 6) Σκίστε την επάνω αριστερή γωνιά
- 7) Διπλώστε στη μέση για τελευταία φορά
- 8) Σκίστε την κάτω αριστερή γωνιά
- 9) Ξεδιπλώστε το χαρτί σας και κρατήστε το
- 10) Ανοίξτε τα μάτια σας, δείτε τι έχετε φτιάξει και συγκρίνετε το με τα άλλα μέλη της ομάδας



Δραστηριότητα 2

Η δραστηριότητα «στα παπούτσια μου», είναι μια δραστηριότητα δημιουργίας ομάδων για τη δημιουργία ισχυρού δεσμού μεταξύ των ανθρώπων, ενώ ασκεί ενσυναίσθηση και ενεργές δεξιότητες ακρόασης.

1. Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε δύο ομάδες του ίδιου μεγέθους.
 2. Ζητήστε από την μια ομάδα να φύγει από το δωμάτιο και να περιμένει περαιτέρω οδηγίες.
 3. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες στο δωμάτιο να αφαιρέσουν τα παπούτσια τους και να τα τοποθετήσουν στην μέση του δωματίου εκτεθειμένα και ακολούθως να περιμένουν περαιτέρω οδηγίες.
 4. Ζητήστε από την ομάδα έξω από το δωμάτιο να αφαιρέσει τα παπούτσια της, αφήνοντάς τα κοντά στην πόρτα και μετά να μπουν στο δωμάτιο.
 5. Δώστε εντολή στους συμμετέχοντες που μπαίνουν στο δωμάτιο να επιλέξουν και να φορέσουν ένα ζευγάρι παπούτσια (είτε να τα φορέσουν είτε απλά να τα κρατήσουν με τα χέρια τους).
 6. Οι ιδιοκτήτες των παπουτσιών πρέπει να ζευγαρώσουν με όποιους έχουν τα παπούτσια τους.
 7. Το ζευγάρι πρέπει να πάει για μια σύντομη βόλτα και για να μιλήσει (σε χρονικό πλαίσιο 10 λεπτών), όπου ο ιδιοκτήτης των παπουτσιών μιλάει ενώ ο κάτοχος των παπουτσιών πρέπει να ακούει ενεργά, χωρίς να απαντάει ή να μιλάει πίσω. Τα ακόλουθα είναι τα θέματα της βόλτας και της συζήτησης:
Ποια ήταν η πιο δύσκολη στιγμή στη ζωή σου;
Ποια ήταν η καλύτερη στιγμή στη ζωή σου;
Ποια ήταν η πιο ντροπιαστική στιγμή στην ζωή σου;
 8. Μετά την πρώτη βόλτα και συζήτηση όλοι πρέπει να επιστρέψουν στο δωμάτιο και να αφήσουν τα παπούτσια εκεί.
 9. Τότε οι ακροατές πρέπει να πάνε έξω από το δωμάτιο και να επιλέξουν ένα ζευγάρι παπούτσια.
 10. Επιστρέψτε στο βήμα 6 για τον δεύτερο γύρο βόλτας και συζήτησης (τώρα οι ομιλητές θα είναι οι ακροατές, και οι ακροατές θα είναι οι ομιλητές, αν και τα ζευγάρια μπορεί να αλλάξουν)
- Αυτή η δραστηριότητα παρέχει πολύ συγκινητικές στιγμές, εκδηλώνοντας συμπάθεια και ενεργή ακρόαση.

ΓΛΩΣΣΑΡΙΟ

- **ΑΝΑΠΗΡΙΑ:** Οι αναπηρίες είναι ένας όρος “ομπρέλα”, που καλύπτει τα προβλήματα, τους περιορισμούς δραστηριοτήτων και τους περιορισμούς συμμετοχής. Ένα πρόβλημα είναι μια βλάβη στη λειτουργία ή στη δομή του σώματος. Ένας περιορισμός δραστηριότητας είναι μια δυσκολία που αντιμετωπίζει ένα άτομο στην εκτέλεση μιας εργασίας ή μιας ενέργειας. Ενώ ένας περιορισμός συμμετοχής είναι ένα πρόβλημα που αντιμετωπίζει ένα άτομο όταν εμπλέκεται στις διάφορες καταστάσεις της ζωής.
- **ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ:** είναι μια επικοινωνία μεταξύ δύο ή περισσότερων ατόμων όπου το επιδιωκόμενο μήνυμα παραδίδεται, λαμβάνεται και κατανοείται με επιτυχία.
- **ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΥΤΙΣΤΙΚΟΥ ΦΑΣΜΑΤΟΣ:** Η διαταραχή αυτιστικού φάσματος (ASD) είναι μια αναπτυξιακή διαταραχή που επηρεάζει την επικοινωνία και τη συμπεριφορά. Περιορισμένα ενδιαφέροντα και επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές. Συμπτώματα που βλάπτουν την ικανότητα του ατόμου να λειτουργεί σωστά στο σχολείο, στην εργασία και σε άλλους τομείς της ζωής.
- **ΕΠΑΥΞΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ (AAC):** Η επαυξητική και εναλλακτική επικοινωνία (AAC) περιλαμβάνει τις μεθόδους επικοινωνίας που χρησιμοποιούνται για τη συμπλήρωση ή την αντικατάσταση της ομιλίας ή της γραφής για άτομα με προβλήματα στην παραγωγή ή κατανόηση της προφορικής ή της γραπτής γλώσσας.
- **ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ:** μια διαδικασία με την οποία ανταλλάσσονται πληροφορίες μεταξύ ατόμων μέσω ενός κοινού συστήματος συμβόλων, σημείων ή συμπεριφορών.
- **ΜΑΛΑΚΕΣ/ΟΡΙΖΟΝΤΙΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ (SOFT SKILLS):** είναι γνωρίσματα χαρακτήρων και διαπροσωπικές δεξιότητες που χαρακτηρίζουν τις σχέσεις ενός ατόμου με άλλα άτομα. Στο χώρο εργασίας οι μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες θεωρούνται συμπλήρωμα των σκληρών/κάθετων δεξιοτήτων (hard skills) οι οποίες αναφέρονται στις γνώσεις και τις επαγγελματικές δεξιότητες ενός ατόμου. Οι κοινωνιολόγοι μπορούν να χρησιμοποιήσουν τον όρο μαλακές/οριζόντιες δεξιότητες για να περιγράψουν την συναισθηματική νοημοσύνη (EQ) σε αντίθεση με το επίπεδο νοημοσύνης (IQ).
- **ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΑΚΟΗΣ:** Η απώλεια ακοής, είναι η μερική ή η ολική αδυναμία ακοής. Ένα κωφό άτομο έχει ελάχιστη έως και καθόλου ακοή.
- **ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΟΡΑΣΗΣ:** Πρόβλημα όρασης, γνωστό και ως διαταραχή όρασης ή απώλεια όρασης, είναι η μειωμένη ικανότητα ενός ατόμου να βλέπει σε κάποιο βαθμό που προκαλεί πρόβλημα το οποίο δεν μπορεί να διορθωθεί με συνηθισμένα μέσα, όπως τα γυαλιά.
- **ΦΥΣΙΚΑ ΕΜΠΟΔΙΑ:** Τα φυσικά εμπόδια στην επικοινωνία είναι οι περιβαλλοντικές και οι φυσικές συνθήκες που λειτουργούν ως εμπόδιο

στην επικοινωνία κατά την αποστολή μηνύματος από τον αποστολέα στον παραλήπτη.

- **ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΕΜΠΟΔΙΑ:** Τα φυσιολογικά εμπόδια στην επικοινωνία συμβαίνουν λόγω της φυσικής κατάστασης του αποστολέα ή του παραλήπτη που μπορεί να είναι ακόμη και σωματικές αναπηρίες. Περιλαμβάνει αισθητηριακή δυσλειτουργία και άλλες φυσικές δυσλειτουργίες.
- **ΨΥΧΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ:** Μια ψυχική διαταραχή, που ονομάζεται επίσης ψυχική ασθένεια ή ψυχιατρική διαταραχή, είναι μια συμπεριφορική ή διανοητική μορφή που προκαλεί σημαντική δυσφορία ή πρόβλημα της προσωπικής λειτουργίας. ... Οι ψυχικές διαταραχές ορίζονται συνήθως από έναν συνδυασμό του τρόπου με τον οποίο ένα άτομο συμπεριφέρεται, αισθάνεται, αντιλαμβάνεται ή σκέφτεται.

ΕΝΟΤΗΤΑ 4

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

“Κανείς δεν μπορεί να σας κάνει να αισθανθείτε κατώτερος χωρίς τη συγκατάθεση σας”
Eleanor Roosevelt

ΕΝΟΤΗΤΑ 4 – ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ

Μαθησιακά αποτελέσματα

Στο τέλος αυτής της ενότητας, ο Ευρωπαίος εκπαιδευτής για τις ανάγκες στήριξης σε θέματα σχέσεων θα είναι σε θέση να:

- προσδιορίσει και να εξηγήσει τις κύριες έννοιες που σχετίζονται με τις οικείες και σεξουαλικές σχέσεις.
- κατανοήσει την προοπτική της οικειότητας και της σεξουαλικότητας των ατόμων με αναπηρίες.
- εφαρμόσει όλες τις ικανότητες που αναπτύχθηκαν στην υποενότητα σε μια πραγματική κατάσταση.

Υποενότητα 1 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα γνωρίζει τις έννοιες της σεξουαλικότητας, της σεξουαλικής συμπεριφοράς και των αναγκών οικειότητας.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα κατανοήσει τις λειτουργίες και την αξία τη σεξουαλικότητας και της οικειότητας.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να αναγνωρίσει τους διαφορετικούς τύπους σεξουαλικής έκφρασης, και τις σωματικές και συναισθηματικές συνέπειες που επιφέρει η παρουσία ή απουσία της σεξουαλικότητας.

Υποενότητα 2 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα γνωρίζει για τα σωματικά και τα ψυχολογικά στοιχεία της σεξουαλικότητας.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα κατανοήσει τις διαδικασίες που διέπουν την σεξουαλικότητα και την προοπτική κάποιου ο οποίος έχει διαφορετική ικανότητα σε αυτό το πλαίσιο.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να εξηγήσει τις ανατομικές και ψυχολογικές διαδικασίες που διέπουν την σεξουαλικότητα και να επιδείξει ενσυναίσθηση σε άτομα που έχουν δυσκολίες στο να εκφραστούν σεξουαλικά.

Υποενότητα 3 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα γνωρίζει για την αυτοεκτίμηση, τα συναισθήματα και τα φυσικά ένστικτα.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα κατανοήσει την σημαντικότητα της αναγνώρισης των συναισθημάτων και των αρνητικών σκέψεων που μειώνουν την αυτοεκτίμηση.

- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να δημιουργήσει δραστηριότητες για άλλους προκειμένου να αναπτύξει την θετική αυτοεκτίμηση και να βοηθήσει τους άλλους να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα.

Υποενότητα 4 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα γνωρίζει την προοπτική της σεξουαλικότητας και της οικειότητας των ατόμων με αναπηρίες.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα κατανοήσει τις συνέπειες των λειτουργικών/δυσλειτουργικών των σεξουαλικών και στενών σχέσεων των ατόμων με αναπηρίες.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να προσδιορίσει τις κύριες οδηγίες που πρέπει να ακολουθήσει προκειμένου να βοηθήσει τα άτομα με αναπηρίες να αρχίσουν να διαχειρίζονται τις σεξουαλικές σχέσεις.

Υποενότητα 5 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα γνωρίζει τη διαδικασία σχεδιασμού ενός εξατομικευμένου σχεδίου δράσης.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα αναπτύξει κριτική ικανότητα.
- στο τέλος αυτής της υποενότητας ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να αντιμετωπίσει καταστάσεις πραγματικής ζωής και να σχεδιάσει εξατομικευμένα σχέδια δράσης για να βοηθήσει άτομα με αναπηρίες να εκφράσουν τις ανάγκες τους για σεξουαλικότητα και οικειότητα.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 1. Η σεξουαλική συμπεριφορά και οι λειτουργίες της σεξουαλικότητας για τους ανθρώπους

Προσδιορισμός των ορίων της σεξουαλικότητας και της σεξουαλικής συμπεριφοράς

Η σεξουαλική ταυτότητα και η σεξουαλική συμπεριφορά αποτελούν πρόκληση για την κοινωνία σήμερα. Η «έκρηξη» των σχετικών σεξουαλικά ερεθισμάτων δεν έχει φέρει περισσότερη σαφήνεια στην κατανόηση των βασικών κανόνων της ανθρώπινης σεξουαλικής συμπεριφοράς, αλλά στην πραγματικότητα δημιούργησε μεγαλύτερη σύγχυση σχετικά με το τι είναι φυσικό και τι όχι.



*Πώς θα ορίζατε την ανθρώπινη σεξουαλική συμπεριφορά;
Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν προχωρήσετε την ανάγνωση.*

Σε γενικές γραμμές, η ανθρώπινη σεξουαλική συμπεριφορά είναι ο τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι εκφράζουν και βιώνουν τη σεξουαλικότητα. Τις περισσότερες φορές όμως, η σεξουαλικότητα θεωρείται ότι περιορίζεται στη χρήση των γεννητικών οργάνων (τουλάχιστον για ένα άτομο που εμπλέκεται στη σεξουαλική συμπεριφορά), πράγμα που στην πραγματικότητα δεν είναι αρκετά ακριβές. Η ανθρώπινη σεξουαλικότητα περιλαμβάνει βιολογικές, ερωτικές, κοινωνικές, συναισθηματικές και πνευματικές πτυχές, επομένως η σεξουαλική συμπεριφορά περιλαμβάνει: αυνανισμό, σεξουαλική επαφή, διέγερση των γεννητικών οργάνων χωρίς διεισδυτικό σεξ, στοματικό σεξ κ.λπ., αλλά μπορεί επίσης να περιλαμβάνει γυμνία (χωρίς κανένα είδος διέγερσης), ομιλία για σεξ, ερωτοτροπία και κάθε είδους χειρονομίες που γίνονται από ένα άτομο με την πρόθεση να διεγείρουν το σεξουαλικό ενδιαφέρον κάποιου άλλου (για παράδειγμα: ο τρόπος με τον οποίο τρώει μπανάνα ή κρατά ένα ποτήρι κρασί).



Το πιο κύριο που διακρίνει συνήθως μια σεξουαλική συμπεριφορά και άλλα είδη συμπεριφοράς είναι η παρουσία (ή πρόθεση να οδηγήσει σε) σεξουαλική διέγερση και φυσιολογικές αλλαγές στο σώμα του διεγερμένου ατόμου.

Οι λειτουργίες της σεξουαλικότητας

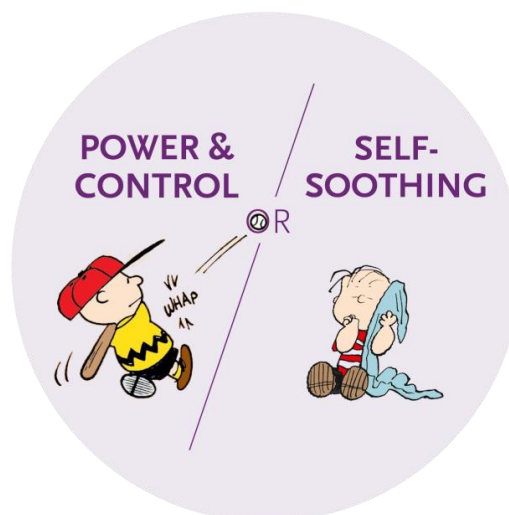


Ποιες είναι κατά τη γνώμη σας οι λειτουργίες της ανθρώπινης σεξουαλικής συμπεριφοράς;

Γράψτε μερικές ιδέες προτού προχωρήσετε την ανάγνωση.

Η ανθρώπινη σεξουαλική συμπεριφορά έχει ένα ευρύ φάσμα λειτουργιών:

- **τεκνοποίηση και αναπαραγωγή του είδους** – οι άνθρωποι εμπλέκονται σε σεξουαλική συμπεριφορά για να αποκτήσουν παιδιά ή/και να αφήσουν μια κληρονομιά.
- **διατήρηση της ορμονικής ισορροπίας και υγείας** – η τακτική σεξουαλική δραστηριότητα βοηθά στη ρύθμιση του ενδοκρινικού συστήματος και έχει επίσης επιπτώσεις στο κυκλοφορικό και νευρικό σύστημα.
- **απόκτηση σωματικής και ψυχολογικής ευχαρίστησης** – οι περισσότεροι άνθρωποι βρίσκουν τις σεξουαλικές δραστηριότητες διασκεδαστικές, χαλαρωτικές και διεγερτικές.
- **κοινοποίηση συναισθημάτων και επιτύγχανση συναισθηματικής σύνδεσης** – η σεξουαλική δραστηριότητα είναι ένας τρόπος επικοινωνίας συναισθημάτων καθώς και προσέγκυσης ατόμων πιο κοντά ώστε να τους κάνετε να νιώσουν αποδεκτοί.
- **σκοποί συναλλαγής** – η σεξουαλική συμπεριφορά μπορεί επίσης να είναι τρόπος πληρωμής για κάτι ή αποπληρωμής κάποιου, καθώς και η έκφραση κατασταλτικών μέτρων.
- **επίλυση συγκρούσεων ή διατήρηση της ασφάλειας** – σε ορισμένα πλαίσια, οι άνθρωποι θα μπορούσαν να θεωρήσουν τις σεξουαλικές δραστηριότητες ως μέσο για να τερματίσουν μια διαμάχη, να συμφιλιωθούν ή να αποφύγουν μεγαλύτερο κίνδυνο και να παραμείνουν ασφαλείς (αυτή η λειτουργία θα μπορούσε να εξομοιωθεί με αυτή της συναλλαγής, με τη διαφορά ότι το δεν αντιλαμβάνεται ότι έχει επιλογή).
- **κοινωνική ένταξη ή αποδοχή** – οι άνθρωποι θα μπορούσαν να συμμετέχουν σε σεξουαλικές δραστηριότητες προκειμένου να αισθανθούν ότι περιλαμβάνονται/γίνονται αποδεκτοί σε μια συγκεκριμένοι κοινωνική ομάδα.



Σε ορισμένες κουλτούρες, η σεξουαλική δραστηριότητα θεωρείται κοινωνικά αποδεκτή μόνο εντός του γάμου, ενώ σε άλλες θεωρείται προγαμιαία ή εξωσυζυγική σεξουαλική

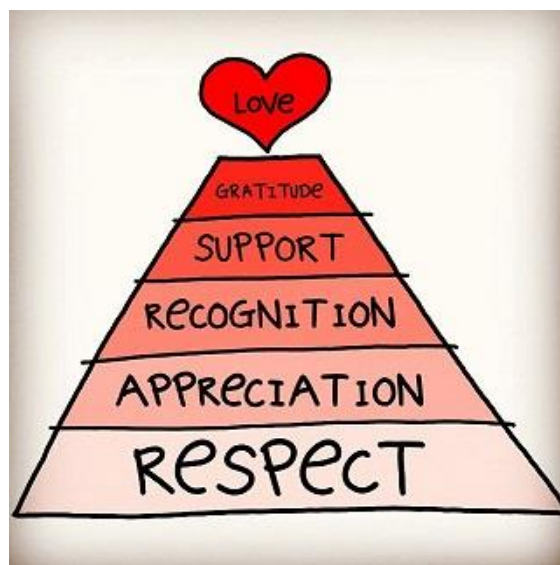
συμπεριφορά. Ορισμένες σεξουαλικές δραστηριότητες θα μπορούσαν να είναι παράνομες στις περισσότερες χώρες (σεξουαλική επίθεση / μη συναινετική σεξουαλική δραστηριότητα ή με άτομο κάτω από την τοπική ηλικία συναίνεσης), ενώ άλλες σεξουαλικές πρακτικές, αν και νόμιμες, θα μπορούσαν να θεωρηθούν αντίθετες με τους κοινωνικούς / πνευματικούς / πολιτιστικούς κανόνες (σαδομαζοχιστικές πρακτικές για παράδειγμα).

Η αξία της σεξουαλικότητας στο πλαίσιο προσκόλλησης



Ποια είναι κατά τη γνώμη σας η πιο βασική ανάγκη που έχει κάθε άνθρωπος;
Γράψτε την απάντησή σας πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Η θεωρία προσκόλλησης προσπαθεί να εξηγήσει την ανθρώπινη συμπεριφορά με βάση τις προϋποθέσεις ότι η πιο βασική ανάγκη που έχει ο κάθε άνθρωπος είναι να αγαπηθεί και να γίνει αποδεκτός για αυτό που είναι και ο τρόπος με τον οποίο αντιδρούμε στις διάφορες αλληλεπιδράσεις που εμπλεκόμαστε συνάδει από τον τρόπο που πιστεύουμε ότι ικανοποιούνται οι βασικές μας ανάγκες προσκόλλησης.



Η προσπάθεια αντιμετώπισης της σεξουαλικής συμπεριφοράς μέσω της θεωρίας προσκόλλησης αποκαλύπτει

το γεγονός ότι οι ανάγκες προσκόλλησης, μας προκαλούν να βρούμε ένα σύντροφο και να επιβάλλουμε τον τύπο των συντρόφων που προτιμάμε να έχουμε σχέσεις. Επίσης, η σεξουαλικότητα είναι ένας από τους κύριους τομείς στους οποίους τα ζευγάρια βρίσκουν συναισθηματική σύνδεση. Είναι σημαντικό να τονιστεί εδώ το γεγονός ότι η σεξουαλικότητα συνεπάγει όχι μόνο τη γεννητική συμπεριφορά, αλλά τη φιλία, την εμφάνιση, την διέγερση και την επιθυμία. Από αυτή την άποψη, οι σεξουαλικές δραστηριότητες συχνά προσφέρουν μια σημαντική αντανάκλαση της δυναμικής της σχέσης: το άτομο που ξεκινά τη σεξουαλική συμπεριφορά ψάχνει να δημιουργήσει σύνδεση με τον άλλο σύντροφο (είναι ένας τρόπος να πούμε: «Είσαι σημαντικός για μένα και θέλω να είμαι μαζί σου τώρα») και αυτή η πρωτοβουλία θα μπορούσε να γίνει κατανοητή και να απαντηθεί ανάλογα ή αντίθετα, καθώς μπορεί να θεωρηθεί ασήμαντη ή εγωιστική ανάγκη («Δεν νοιάζεσαι για μένα, νοιάζεσαι μόνο για να ευχαριστήσεις τον εαυτό σου!») και στη συνέχεια αρνείται, επειδή η βασική ανάγκη προσκόλλησης του άλλου παραμένει ανεκπλήρωτη. Αυτή η κατάσταση μπορεί να αντικατοπτρίζει έναν πρωτότυπο κύκλο, όπου ο ένας σύντροφος θέλει περισσότερη

οικειότητα πριν η σεξουαλική ζωή ξαναζωντανέψει ενώ ο άλλος αισθάνεται ότι η σεξουαλική επαφή αποκλείει αυτή την οικειότητα.

Η σεξουαλικότητα προσφέρει την ευκαιρία να αποκαλύπτει ο καθένας τον εαυτό του μέσα σε μια σχέση με ένα πιο ειλικρινές τρόπο, όχι μόνο σωματικά αλλά και συναισθηματικά. Αλλά αν το επίπεδο αυτοπεποίθησης κάποιου μειωθεί μπορεί να εμποδίσει τον εαυτό του να αφεθεί σε τέτοιες συμπεριφορές έτσι ώστε να προστατέψει την εικόνα του από τον σύντροφο του («Φοβάμαι να με δει, γιατί υπάρχουν μέρη του σώματος μου που δεν μου αρέσουν και δεν πιστεύω ότι μπορεί να του αρέσω πραγματικά αν τα δει και αυτός.»). Ο άλλος σύντροφος μπορεί να εντοπίσει τον φόβο και να αυξήσει την αυτοπεποίθηση του άλλου ή να πληγωθεί επειδή νιώθει απόρριψη. Αυτό το είδος δυναμικής προσφέρει μια καλή προεπισκόπηση του επιπέδου οικειότητας του ζευγαριού.

Η ανθρώπινη ανάγκη για οικειότητα



Πώς θα ορίζατε την οικειότητα;

Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Οικειότητα αποτελεί την αφετηρία που δείχνει τη εγγύτητα και την εξοικείωση μεταξύ δύο ατόμων. Οι οικείες σχέσεις μπορούν να οριστούν ως το να μοιραζόμαστε τον εαυτό μας με άλλο άτομο με τρόπο με τον οποίο δεν θα μοιραζόμασταν με άλλους. Οι οικείες σχέσεις περιλαμβάνουν πνευματικά, κοινωνικά, συναισθηματικά και φυσικά συστατικά στοιχεία. Όσο πιο οικεία είναι δύο άτομα, τόσο περισσότερο γνωρίζουν ο ένας τον άλλο και τόσο ισχυρότερο είναι το επίπεδο συναισθηματικής τους σύνδεσης. Η οικειότητα δεν είναι συγκεκριμένη για σχέσεις ζευγαριών, καθώς μπορεί να περιλαμβάνει σεξουαλικότητα, αλλά μπορεί επίσης να περιορίζεται σε άλλους τομείς, όπως συμπάθεια και αντιπάθεια, σκέψεις, συναισθήματα κ.λπ. - το είδος των πραγμάτων που μπορεί επίσης να μοιραστούμε με φίλους, όχι μόνο με ρομαντικούς συντρόφους. Η οικειότητα υπάρχει όταν οι άνθρωποι νοιάζονται και αισθάνονται βαθιά συναισθήματα ο ένας για τον άλλον.



Η ανθρώπινη ανάγκη για οικειότητα σχετίζεται σημαντικά με την ανάγκη αγάπης και αποδοχής όπως είμαστε.

Καθώς παρακινείται από την επιθυμία να αγαπηθεί στη διαδικασία της αποκάλυψης του εαυτού του σε έναν άλλο και βρίσκοντας την ελευθερία να δείξει το αληθινό του πρόσωπο μπροστά από τον άλλον, κάποιος νιώθει ότι αγαπιέται, υποστηρίζεται και εκτιμάται.

Η προσκόλληση και η σεξουαλικότητα φαίνεται να είναι λειτουργικά διαχωρίσιμα συστήματα σε μακροχρόνιες οικείες σχέσεις, αποδεικνύοντας ότι τα συναισθηματικά ώριμα ζευγάρια είναι σε θέση να βρουν εναλλακτικούς τρόπους συναισθηματικής σύνδεσης όταν επηρεάζονται κάπως οι σεξουαλικές λειτουργίες. Αυτό το εύρημα καταλήγει στο συμπέρασμα ότι οι άνθρωποι μπορούν να επιβιώσουν χωρίς σεξουαλικότητα εάν πληρούνται οι ανάγκες οικειότητας.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Η σεξουαλική συμπεριφορά περιλαμβάνει όλη τη συμπεριφορά που εστιάζεται στην προσέγκυση ενός συντρόφου και στην ενεργοποίηση της σεξουαλικής διέγερσης, και δεν περιορίζεται στην διέγερση των γεννητικών οργάνων σε οποιαδήποτε μορφή.
- Η σεξουαλική συμπεριφορά εξυπηρετεί μια ποικιλία λειτουργιών, συμπεριλαμβανομένου του σκοπού της δημιουργίας συναισθηματικής σύνδεσης.
- Κάθε άνθρωπος έχει την ανάγκη να αγαπηθεί και να γίνει αποδεκτός όπως είναι και οι σεξουαλικές δραστηριότητες αποτελούν έκφραση αυτής της ανάγκης.
- Η οικειότητα δεν αφορά συγκεκριμένα τις ρομαντικές σχέσεις, αλλά σχετίζεται αυστηρά με την ανάγκη να αγαπηθείς με έναν πραγματικό τρόπο.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 2. Η ανατομία και η ψυχολογία της σεξουαλικότητας

Η ανατομία της σεξουαλικότητας



Φανταστείτε το ανθρώπινο σώμα.

Προσπαθήστε να αναγνωρίσετε τα σεξουαλικά όργανα και τις ερωτογενείς ζώνες πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Η **σεξουαλική ανατομία** ή η **ανατομία του αναπαραγωγικού** αναφέρεται στα γεννητικά/σεξουαλικά όργανα στο εξωτερικό μέρος του σώματος (αιδούο, πέος) και στα αναπαραγωγικά όργανα στο εσωτερικό μέρος του σώματος (μήτρα, όρχεις). Ενώ είναι ζωτικής σημασίας στη σεξουαλική επαφή και στη λειτουργία αναπαραγωγής, αυτά τα όργανα δεν είναι τα μόνα που εμπλέκονται στην έκφραση της ανθρώπινης σεξουαλικότητας.

Το δέρμα έχει εκατομμύρια ευαίσθητα κύτταρα και η αφή του με έναν συγκεκριμένο τρόπο ή ορισμένες περιοχές προκαλεί σεξουαλική διέγερση - οι περιοχές με τη υψηλότερη δυνατότητα διέγερσης ονομάζονται ερωτογενείς ζώνες. Δεν έχουν όλοι τις ίδιες ερωτογενείς ζώνες, αλλά οι πιο συνηθισμένες είναι: το στήθος, οι θηλές, τα χείλη, το στόμα, η γλώσσα, ο λαιμός, οι λοβοί των αυτιών, τα δάκτυλα των χεριών και των ποδιών, οι εσωτερικοί μηροί και βραχίονες, τα χέρια και τα πόδια. Οποιοδήποτε μέρος του σώματος μπορεί να θεωρηθεί σεξουαλικό ανάλογα με το πώς κάνει το άτομο να αισθάνεται.

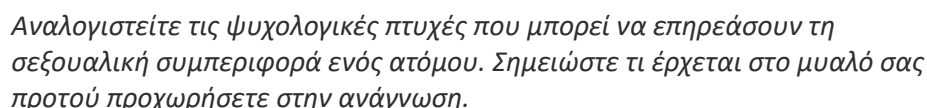


Από μια ευρεία άποψη, «ο εγκέφαλος είναι το πιο σημαντικό σεξουαλικό όργανο», γιατί μπορεί να μετατρέψει οποιοδήποτε μέρος του σώματος σε σεξουαλικό, συνδέοντάς το με ερωτικό ή οικείο νόημα. **Ο εγκέφαλος** είναι το όργανο που ελέγχει τη σεξουαλική ανταπόκριση σε διαφορετικά σεξουαλικά ερεθίσματα, τα οποία μπορούν να προκαλέσουν διέγερση ή να την εμποδίσουν. (για παράδειγμα: η ομιλία γαλλικών μπορεί να προκαλεί σεξουαλική διέγερση για μερικούς, ενώ το ντύσιμο με ιατρική στολή ή στολή καθαριότητας μπορεί να είναι διεγερτικό για άλλους). Επιπλέον, ο εγκέφαλος είναι ο φύλακας

της σεξουαλικής ταυτότητας και του προσανατολισμού.

Όταν γεννιούνται οι άνθρωποι **τους αντιστοιχούν ένα φύλο (αρσενικό ή θηλυκό)** με βάση την ανατομία του αναπαραγωγικού που εμφανίζεται κατά τη γέννηση, αλλά αυτό δεν καλύπτει απαραίτητα την **ταυτότητα φύλου** τους. Όταν το φύλο και η ταυτότητα φύλου κάποιων ατόμων είναι ίδια, αυτά τα άτομα ονομάζονται **σις-τζέντερ (cisgender)**, ενώ όταν κάποια άτομα νιώθουν ότι το φύλο που τους δόθηκε κατά την γέννηση δεν ταιριάζει με την ταυτότητα φύλου τους (για παράδειγμα, κάποιος μπορεί

Η ψυχολογία της σεξουαλικότητας

[illegible]

αναζητά, το πώς θα προσελκύσει τον άλλον ή ποιο ρόλο θα παίξει η σεξουαλική συμπεριφορά στη ζωή κάποιου. Για παράδειγμα, κάποιοι μπορεί να βλέπουν τις σεξουαλικές δραστηριότητες ως αμαρτία, ως κάτι ασήμαντο και βρώμικο, ενώ άλλοι μπορεί να μεγαλώνουν με την ιδέα ότι οι σεξουαλικές δραστηριότητες είναι τόσο φυσικές, που το καθιστά τόσο φυσικό να τις έχουμε οπουδήποτε ακόμα και σε δημόσιους χώρους. Σε περίπτωση σεξουαλικής κακοποίησης σε πολύ μικρή ηλικία, το θύμα πιθανότητα θα μεγαλώσει με την ιδέα ότι οι σεξουαλικές δραστηριότητες είναι απειλητικές ή θεωρούνται ως μέσο συναλλαγής.

Η σεξουαλική συμπεριφορά ενεργοποιεί επίσης ψυχολογικές και κοινωνικο-συναισθηματικές αναπαραστάσεις του εαυτού μας, προσανατολίζοντας έτσι την έλξη ενός ατόμου προς τους άλλους.

Όταν κάποιος έχει καλλιεργήσει την αυτοπεποίθηση του, θα δεχτεί θετικές/αρνητικές ανταποκρίσεις από πιθανούς συντρόφους ευκολότερα και θα είναι σε θέση να διακρίνει καλύτερα μεταξύ λειτουργικών και δυσλειτουργικών σχέσεων, ενώ ένα πιο

ανασφαλές άτομο θα έχει περισσότερες αμφιβολίες όσον αφορά τη συμπεριφορά του συντρόφου του ή τη σχέση του ζευγαριού και μια πιο περιορισμένη ικανότητα για να αποφασίσει εάν θα συνεχίσει ή θα τελειώσει μια σχέση.

Οι συναισθηματικές σχέσεις που έχει κάποιος με άτομα του ίδιου ή του αντίθετου φύλου μπορεί επίσης να είναι ένας σημαντικός παράγοντας για τον σεξουαλικό προσανατολισμό κάποιου. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός είναι η προτίμηση της σεξουαλικής δραστηριότητας με άτομα του αντίθετου φύλου όπου αυτά τα άτομα ονομάζονται ετεροφυλόφιλοι, ή με άτομα του ίδιου φύλου όπου αυτά τα άτομα ονομάζονται ομοφυλόφιλοι, ή και με τα δύο όπου αυτά τα άτομα ονομάζονται αμφιφυλόφιλοι.

Η διαφορετικότητα στο πλαίσιο της σεξουαλικότητας



Ποια είναι η εικόνα που σας έρχεται στο μυαλό όταν ακούτε κάποιον να λέει "Νιώθω διαφορετικά"; Γράψτε μια σύντομη περιγραφή του τι σημαίνει διαφορετικότητα για εσάς πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Ηανθρωπότητα είναι ένα κοινωνικό είδος, το οποίο οι άνθρωποι ψάχνουν να είναι μέρος μιας ομάδας, να ενταχθούν στην κοινωνία και να αισθάνονται σαν στο σπίτι μεταξύ όμοιων τους.

Το να είσαι «διαφορετικός» ή να νιώθεις «διαφορετικός» αντικατοπτρίζει έναν αυτοπροσδιορισμό που περιλαμβάνει την ιδέα του να μην ταιριάζεις και να μην ανήκεις σε μια συγκεκριμένη ομάδα ή περιβάλλον.



Όταν αυτό συμβαίνει παρόλο που υπάρχει η επιθυμία να ενταχθεί σε μια συγκεκριμένη ομάδα ή περιβάλλον, το αίσθημα της διαφορετικότητας επιφέρει από μόνο του τη θλίψη ώστε να μην έχεις τις ίδιες ικανότητες όπως οι άλλοι, την απογοήτευση του να μην εκτιμηθεί και να γίνει αποδεκτός, ο θυμός του να μην του επιτραπεί να παρευρίσκεται σε ορισμένες δραστηριότητες, ο φόβος της γελοιοποίησης από τους άλλους και η

ντροπή του στο να μην είναι αρκετά καλός σε κάτι. Όλα αυτά τα συναισθήματα μπλοκάρουν το άτομο για την επίτευξη της αναπτυξιακής δυναμικής του και τον

εμποδίζουν στην αλληλεπίδραση και συμμετοχή σε δραστηριότητες που θα μπορούσαν να του προσφέρουν ικανοποίηση, ευχαρίστηση ή ανακούφιση.

Μερικές φορές οι άνθρωποι είναι υπερήφανοι που ορίζουν τον εαυτό τους ως «διαφορετικό» - όπως έκαναν ο Πάμπλο Πικάσο ή ο Σαλβαδόρ Ντάλι, αλλά αυτό το επίπεδο αυτοσυνείδησης και αυτοικανοποίησης συναντώνται μόνο στο πλαίσιο ενός υψηλού επιπέδου συναισθηματικής ωριμότητας και επιτυχίας. Μερικοί ενήλικες είναι σε θέση να δουν τα οφέλη του να είναι κάπως διαφορετικοί από τους άλλους, αλλά τα παιδιά και οι έφηβοι είναι τις περισσότερες φορές πρόθυμοι να είναι όπως οι άλλοι, να λάβουν την έγκριση των συνομηλίκων τους και να θεωρηθούν «κανονικοί» ή «φυσιολογικοί».

Στο πλαίσιο της σεξουαλικότητας, ένα άτομο που είναι ή αισθάνεται «διαφορετικό» από τα άλλα, όπως κάνουν οι περισσότεροι άνθρωποι με αναπηρίες, πιθανότατα θα εκδηλώσει ανησυχία για τον τρόπο με τον οποίο μπορεί να τον δει ο μέλλοντας σύντροφός του και φόβο του να μην είναι αρεστός και να απορριφθεί. Πιθανότητα θα επιδιώξει να προστατεύσει τον εαυτό του μέσω του να μην εμπλέκεται σε σεξουαλικές σχέσεις. Στην πραγματικότητα αναπτύσσουν ένα είδος ανησυχίας σε σχέση με τις σεξουαλικές σχέσεις και τη σεξουαλική εξερεύνηση.

Όμως, η εγκατάλειψη της ιδέας για σεξουαλικές σχέσεις δεν είναι πραγματικά μια ικανοποιητική λύση και δεν προωθεί την ευημερία του ατόμου με αναπηρίες. Με την πάροδο του χρόνου, μια τέτοια επιλογή θα οδηγήσει σε θλίψη, πικρία, κοινωνικό άγχος, κοινωνική απόσυρση, κατάθλιψη, ορμονικές ανισορροπίες και φυσιολογικά συμπτώματα που επηρεάζουν όχι μόνο την ψυχολογική ευημερία του ατόμου, αλλά και την υγεία και την κοινωνική και επαγγελματική λειτουργία εντός της κοινότητας. Έτσι, τα άτομα με αναπηρίες πρέπει να υποστηριχθούν για να βρουν τους κατάλληλους συντρόφους με τους οποίους μπορούν να δημιουργήσουν μια ασφαλή συναισθηματική σύνδεση και να αισθάνονται ελεύθεροι να εξερευνήσουν τη σεξουαλικότητα τους όπως και κάθε άλλος άνθρωπος.



Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Ο εγκέφαλος είναι το πιο σημαντικό μέρος του σώματός μας που ελέγχει τη σεξουαλική ανταπόκριση σε διαφορετικά σεξουαλικά ερεθίσματα.
- Μερικές φορές υπάρχει διαφορά μεταξύ του φύλου που αποδίδεται κατά τη γέννηση και της ταυτότητας φύλου που υποθέτουμε.
- Η στάση κάποιου προς στη σεξουαλικότητα διαμορφώνει τη σεξουαλική συμπεριφορά που ασκεί κανείς, αλλά και τον σεξουαλικό προσανατολισμό.
- Η σεξουαλική συμπεριφορά ενεργοποιεί επίσης ψυχολογικές και κοινωνικο-συναισθηματικές αναπαραστάσεις του εαυτού σας.
- Το να είσαι «διαφορετικός» ή να νιώθεις «διαφορετικός» αντικατοπτρίζει έναν αυτοπροσδιορισμό που περιλαμβάνει την ιδέα του να μην ταιριάζεις και να μην ανήκεις σε μια συγκεκριμένη ομάδα ή περιβάλλον.
- Η εγκατάλειψη της σεξουαλικής σχέσης επηρεάζει τόσο την ψυχολογική ευημερία του ατόμου όσο και την υγεία του, αλλά και την κοινωνική και επαγγελματική του λειτουργία στην κοινότητα.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 3. Αυτοεκτίμηση, συναισθήματα και φυσικά ένστικτα

Η σημασία και η διαδικασία οικοδόμησης της αυτοεκτίμησης



*Πώς θα ορίζατε την αυτοεκτίμηση;
Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.*

Η αυτοεκτίμηση είναι το πώς αισθάνεται κανείς για τον εαυτό του ως άτομο. Εκείνοι με υψηλή αυτοεκτίμηση πιστεύουν ότι είναι επαρκείς, ισχυροί και αξίζουν μια καλή ζωή, ενώ εκείνοι με χαμηλή αυτοεκτίμηση αισθάνονται ανεπαρκείς και άχρηστοι. Τα πρώτα στάδια της οικοδόμησης της αυτοεκτίμησης θεσπίζονται κατά τα πρώτα 5-7 χρόνια της ζωής στις σχέσεις που δημιουργεί το παιδί με τα μέλη της οικογένειάς του.

Μια χαμηλή αυτοεκτίμηση που αναπτύχθηκε στην παιδική ηλικία μπορεί να συνεχιστεί καθόλη τη διάρκεια της ενηλικίωσης, προκαλώντας μεγάλο συναισθηματικό πόνο. Επομένως, είναι σημαντικό να αναπτύξετε μια υγιή, θετική αίσθηση του εαυτού σας.



Πολλοί άνθρωποι βασίζουν την αυτοεκτίμησή τους σε εξωτερικούς παράγοντες, όπως πόσα χρήματα κερδίζουν, πόσο ζυγίζουν και αν οι άνθρωποι τους αρέσουν και τους εκτιμούν. Εάν αλλάξει μία από αυτές τις εξωτερικές μεταβλητές, η αυτοεκτίμηση μπορεί να επηρεαστεί ευρέως. Για παράδειγμα, εάν η αυτοεκτίμηση ενός ατόμου βασίζεται στο γεγονός ότι ο / η σύντροφός του τον αγαπά, τότε αυτό το άτομο κινδυνεύει να αισθανθεί εξαιρετικά ευάλωτο και άχρηστο εάν η αγάπη του συντρόφου μειώνεται ή τελειώσει. Με τον ίδιο τρόπο, η οικοδόμηση της αυτοεκτίμησης δεν είναι εύκολη υπόθεση για άτομα που έχουν κακοποιηθεί ή έχουν υποστεί χρόνια προσωπική ή επαγγελματική αποτυχία.

Η οικοδόμηση της αυτοεκτίμησης και η δημιουργία μιας θετικής αυτογνωσίας προέρχεται από την απογραφή των δυνατοτήτων και των ικανοτήτων κάποιου ως οντότητα. Το να είμαστε συμβιβασμένοι με το ποιοι είμαστε και με αυτό που πρέπει να προσφέρουμε στο κόσμο αποτελεί σημαντικό μέρος του να έχουμε υψηλή αυτοεκτίμηση. Αυτός ο «εσωτερικός συμβιβασμός» δεν σημαίνει ότι κάποιος δεν γνωρίζει τις αδυναμίες του, αλλά αυτό σημαίνει ότι απλώς αποδέχεται το ποιος είναι και του αρέσει πραγματικά ο εαυτός του.

Εφόσον κάποιο άτομο θα αναλογιστεί τον εαυτό του ως άξιο προσοχής, θαυμασμού και κατάλληλης συντήρησης, και θα αποφύγει την παγίδα του να δώσει μεγάλη προσοχή στην ευτυχία και στην ευημερία των άλλων και πολύ λίγη στην δική του, η αυτοεκτίμηση θα παραμείνει υψηλή. Η διατήρηση υψηλής αυτοεκτίμησης συνεπάγει την πλήρη επίγνωση των δυνατοτήτων και την αντιμετώπιση των προκλήσεων ως ευκαιριών για χρήση αυτών των δυνατοτήτων.

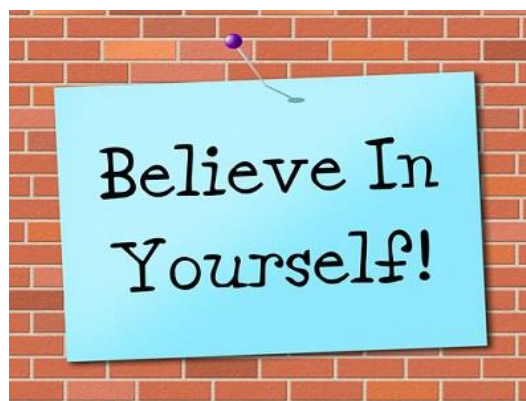
Η χαμηλή αυτοεκτίμηση συνδέεται συχνά με την κατάθλιψη και το άγχος. Το να αφήνετε τα συναισθήματα να σας καταβάλλουν ή να βγαίνουν εκτός ελέγχου, θα αυξήσει τον φόβο και τη θλίψη, οδηγώντας έτσι σε ψυχοπαθολογικά σύνδρομα. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η εκμάθηση διαχείρισης της διάθεσης μας και η απόκτηση ελέγχου των δικών μας συναισθημάτων είναι ένας τρόπος για να οικοδομήσουμε την αυτοεκτίμηση γύρω από αυτό το ζήτημα. Η συνεργασία με ψυχοθεραπευτή ή σύμβουλο για τη διαχείριση των προβλημάτων που μπορεί να βρίσκονται κάτω από την επιφάνεια της χαμηλής αυτοεκτίμησης είναι επίσης μια αποτελεσματική επιλογή.



*Τι θα κάνατε για να αυξήσετε την αυτοεκτίμηση ενός παιδιού;
Γράψτε μερικές ιδέες προτού προχωρήσετε με την ανάγνωση.*

Ο δρόμος για τη βελτίωση της χαμηλής αυτοεκτίμησης περιλαμβάνει:

- Εσωτερικό διάλογο για τα δυνατά και αδύνατα σημεία, για την ταυτότητα και τους πόρους ενός ατόμου.
- προσδιορισμός των εμπειριών που έχουν οδηγήσει στην επιδείνωση και στην αναξιοπιστία της εικόνας του εαυτού μας.
- αντανάκλαση του εσωτερικού διαλόγου για το πώς μπορεί να φτάσει στο αληθινό συναίσθημα



ότι είναι καλό άτομο που αξίζει τα καλά πράγματα στη ζωή.

- προσδιορισμός των απόψεων των μελών της οικογένειας, των φίλων και των συναδέλφων για τους πόρους που μπορεί να χρησιμοποιήσει κάποιος.
- συνεχής ενθάρρυνση του εαυτού μας.
- γιορτάζουμε ακόμα και τις μικρότερες επιτυχίες.
- αναγνώριση συναισθημάτων, κυρίως φόβου, και αναζήτηση τρόπων αντιμετώπισης αυτών των ανησυχιών και των φόβων.

Αναγνώριση των συναισθημάτων και των συναισθηματικών ερεθισμάτων



Πώς θα καθορίζατε τα συναισθήματα; Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Τα συναισθήματα είναι ψυχικές καταστάσεις που αντικατοπτρίζουν μια θετική ή αρνητική εμπειρία που σχετίζεται με ένα μοτίβο φυσιολογικής δραστηριότητας και συχνά με μια γνώση, και ακολουθείται από μια συμπεριφορική ανταπόκριση (μιμήσεις, χειρονομίες, κινήσεις, ομιλία κ.λπ.). Ο ρόλος των συναισθημάτων είναι κυρίως η ρύθμιση της συμπεριφοράς και η αναγνώρισή τους εντός του εαυτού μας, καθώς και στους άλλους παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στην προσαρμογή σε μεταβαλλόμενες καταστάσεις.

[Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα συναισθήματα, παρακολουθήστε αυτό το βίντεο.](#)

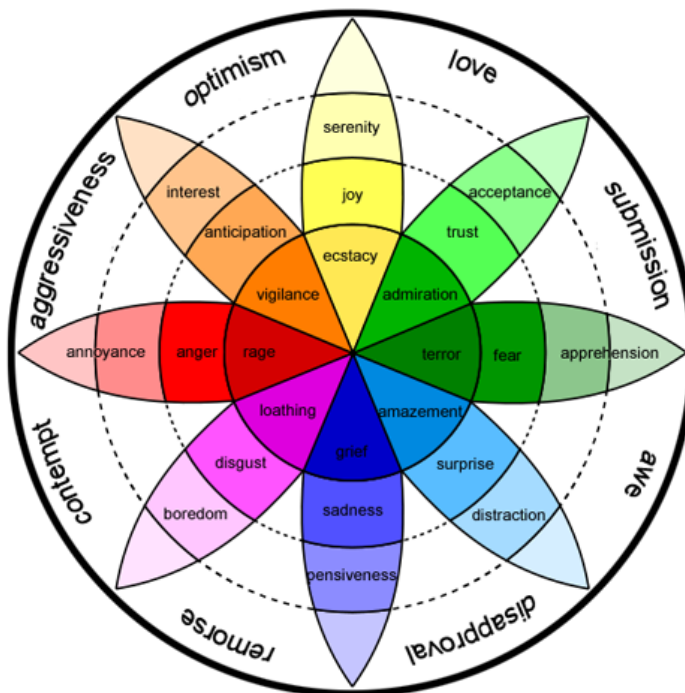


*Τι συναισθήματα έχετε βιώσει;
Γράψτε μια λίστα συναισθημάτων που σας φαίνονται πιο οικεία πριν συνεχίσετε την ανάγνωση.*

Η αναγνώριση των συναισθημάτων σημαίνει να τα βιώνουμε συνειδητά και αυτό είναι δυνατό μόνο ένα είμαστε σε θέση να επιδείξουμε μια εσωτερική αναπαράσταση αυτών των συναισθημάτων από μια προηγούμενη εμπειρία που συνδέεται επίσης με ένα γνωστικό και φυσιολογικό περιεχόμενο και στη συνέχεια να τη συνδέσουμε με αυτό που ζούμε στο παρόν για να αναγνωρίσουμε αυτά τα συναισθήματα.

Οι συναισθηματικές διεργασίες έχουν μια πολύ περίπλοκη δομή, που συχνά οδηγεί σε συνδυασμούς συναισθημάτων και στρωμάτων διαφορετικών καταστάσεων. Ο τροχός των συναισθημάτων που δημιούργησε ο Robert Plutchik (δείτε την εικόνα) είναι πολύ αποκαλυπτικός υπό αυτή την έννοια.

Θεωρίες σχετικά με τα συναισθήματα έχουν προσπαθήσει να διακρίνουν μεταξύ βασικών (απλά) και σύνθετων συναισθημάτων (συνδυασμοί σε διάφορες αναλογίες των βασικών) ή μεταξύ πρωτογενών (έκφραση των κύριων συναισθημάτων) και δευτερευόντων συναισθημάτων (αποτελούν στρώμα επικάλυψης των βασικών).



Μέχρι στιγμής η επιστήμη δεν έχει συμφωνήσει σχετικά με αυτό το θέμα και υπάρχουν ακόμη πράγματα που πρέπει να αποκαλυφθούν σχετικά με τα συναισθήματα. Αλλά το σίγουρο είναι ότι αν γίνουμε καλύτεροι στο να εντοπίζουμε το πώς αισθανόμαστε, γιατί το αισθανόμαστε, πώς αισθάνονται οι άλλοι γύρω μας και μαθαίνουμε να επικοινωνούμε όχι για τα συναισθήματά μας, αλλά από αυτά και δημιουργούμε συναισθηματικές εμπειρίες, τα αποτελέσματα που παίρνουμε και αφορούν τις σχέσεις είναι εξαιρετικά ικανοποιητικά.

Συναισθήματα και φυσικά ένστικτα

Επειδή τα ανθρώπινα συναισθήματα μπορεί να φτάσουν σε μια μεγάλη πολυπλοκότητα και ποικιλία, μερικές φορές αντικαθιστούν τα φυσικά ένστικτα της συμμετοχής σε σεξουαλικές δραστηριότητες και καθοδηγούν τη σεξουαλική συμπεριφορά σε διαφορετικό δρόμο, δημιουργώντας προσωπικούς περιορισμούς και περιορισμούς απέναντι σε άλλους.



*Πώς θα καθορίζατε τους προσωπικούς περιορισμούς;
Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν συνεχίσετε την ανάγνωση.*

Προσωπικοί περιορισμοί είναι πλαίσια και όρια που δημιουργούν οι άνθρωποι για να αισθάνονται ασφαλείς και να ρυθμίζουν την αλληλεπίδραση με το περιβάλλον. Είναι συχνά οι εξωτερικές γραμμές μιας «ζώνης άνεσης» μέσα στην οποία αισθανόμαστε

σίγουροι και ικανοί. Αν το πλαίσιο μας αναγκάσει να φύγουμε από αυτήν τη ζώνη άνεσης, μπορεί να νιώθουμε ανησυχία ή ανεπάρκεια και να είμαστε ανυπόμονοι να επιστρέψουμε σε αυτό, αλλά επίσης μπορεί να ανακαλύψουμε νέους προσωπικούς περιορισμούς, τους οποίους δεν γνωρίζαμε πριν.

Οι προσωπικοί περιορισμοί καθορίζονται σύμφωνα με ότι γνωρίζουν οι άνθρωποι για τον εαυτό τους από αυτά που τους έχουν πει οι άνθρωποι γύρω τους στην παιδική ηλικία και ενηλικίωση, από ότι μαθαίνουν σε σύγκριση με άλλους ή από τις προσωπικές τους εμπειρίες, καθώς και από το κοινωνικοπολιτισμικό υπόβαθρο της κοινότητας με την οποία ταυτίζονται.

Οι προσωπικοί περιορισμοί μπορεί να περιλαμβάνουν αντικειμενικά γεγονότα (για παράδειγμα, ένα άτομο σε αναπηρική καρέκλα μαθαίνει ότι δεν μπορεί να τρέξει), αλλά είναι κυρίως υποκειμενικά επειδή αντανακλούν σε μεγάλο βαθμό τη γνώμη που έχει κάποιος για τον εαυτό του (για παράδειγμα, ένα άτομο σε αναπηρική καρέκλα μπορεί να πιστεύει ότι περιορίζεται από το γεγονός ότι δεν μπορεί να τρέξει ή να πιστεύει το αντίθετο).



*Πώς θα καθορίζατε τους περιορισμούς για τους άλλους;
Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν συνεχίσετε την ανάγνωση.*

Οι περιορισμοί προς τους άλλους είναι οδηγίες ή όρια που δημιουργούν οι άνθρωποι για να προσδιορίσουν ασφαλείς τρόπους για την συμπεριφορά των άλλων προς αυτούς και πως αντιδρούν όταν αυτά τα όρια ξεπεραστούν. Προέρχονται από προσωπικές πεποιθήσεις, στάσεις, προηγούμενες εμπειρίες και κοινωνική μάθηση (μαθαίνοντας από και με άλλους) και σκιαγραφούν τις προτιμήσεις και τις αντιπάθειες ενός ατόμου, ορίζοντας έτσι την απόσταση και τις συνθήκες υπό τις οποίες κάποιος επιτρέπει στους άλλους να πλησιάσουν.

Οι περιορισμοί για τους άλλους περιλαμβάνουν φυσικά, πνευματικά και πνευματικά όρια, τα οποία είναι τοποθετημένα σε στρώσεις με ιεραρχικό τρόπο.

Οι περιορισμοί για τους άλλους λειτουργούν σε δύο αντίθετες κατευθύνσεις, επηρεάζοντας τόσο τις εισερχόμενες όσο και τις εξερχόμενες αλληλεπιδράσεις μεταξύ των ανθρώπων.



εκτεθειμένο σε εκμετάλλευση από άλλα άτομα (χαλαρά όρια).

Παρόλο που αυτά τα όρια έχουν οριστεί για να προστατεύουν το άτομο από επιβλαβείς εξωτερικές επιρροές, μερικές φορές τόσο οι προσωπικοί περιορισμοί και οι περιορισμοί προς τους άλλους είναι δυσλειτουργικοί, με την έννοια ότι μπορεί να «προστατεύσουν» πάρα πολύ και να σταματήσουν το άτομο από την ωρίμανση, την εξερεύνηση, την ανάπτυξη (άκαμπτα όρια) ή με την έννοια ότι προστατεύουν πολύ λίγο, αφήνοντας το άτομο

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Η αυτοεκτίμηση είναι το πώς αισθάνεται κανείς για τον εαυτό του ως άτομο και επηρεάζει ολόκληρη τη ζωή του και τις συμπεριφορές του.
- Εκείνοι με υψηλή αυτοεκτίμηση πιστεύουν ότι είναι επαρκείς, ισχυροί και αξίζουν μια καλή ζωή, ενώ εκείνοι με χαμηλή αυτοεκτίμηση αισθάνονται ανεπαρκείς και άχρηστοι.
- Τα συναισθήματα είναι ψυχικές καταστάσεις που αντικατοπτρίζουν μια θετική ή αρνητική εμπειρία που σχετίζεται με ένα μοτίβο φυσιολογικής δραστηριότητας και συχνά με μια γνώση, και ακολουθείται από μια συμπεριφορική ανταπόκριση (μιμήσεις, χειρονομίες, κινήσεις, ομιλία κ.λπ.).
- Ο ρόλος των συναισθημάτων είναι κυρίως η ρύθμιση της συμπεριφοράς και η αναγνώρισή τους εντός του εαυτού μας, καθώς και στους άλλους παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στην προσαρμογή σε μεταβαλλόμενες καταστάσεις.
- Οι προσωπικοί περιορισμοί είναι πλαίσια και όρια που δημιουργούν οι άνθρωποι για να αισθάνονται ασφαλείς και να ρυθμίζουν την αλληλεπίδραση με το περιβάλλον.
- Περιορισμοί προς τους άλλους είναι οδηγίες ή όρια που δημιουργούν οι άνθρωποι για να προσδιορίσουν ασφαλείς τρόπους για την συμπεριφορά των άλλων προς αυτούς και πως αντιδρούν όταν αυτά τα όρια ξεπεραστούν.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. Οφέλη των σχέσεων οικειότητας για άτομα με αναπηρίες

Πως βλέπουν τα άτομα με αναπηρίες την σεξουαλικότητα και την οικειότητα



*Πιστεύετε ότι τα άτομα με αναπηρίες με τα οποία θα εργαστείτε έχουν διαφορετική οπτική για τις σεξουαλικές σχέσεις από εσάς;
Γράψτε μερικές ιδέες προτού προχωρήσετε στην ανάγνωση.*

Η σεξουαλικότητα και η οικειότητα είναι δύσκολα θέματα για όλα τα είδη ατόμων με αναπηρίες, επειδή συνήθως αυτοί οι άνθρωποι αισθάνονται διαφορετικοί από τους «φυσιολογικούς ανθρώπους». Αυτό το αντιλαμβάνονται μέσω άμεσων κοινωνικών συγκρίσεων, ότι υπάρχουν πράγματα που δεν μπορούν να κάνουν με φυσιολογικό τρόπο ή δεν μπορούν να κάνουν καθόλου, και κατά συνέπεια έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και φοβούνται να κριθούν από τις αδυναμίες τους ή να γελοιοποιηθούν λόγω των αδυναμιών ή των ιδιαιτεροτήτων τους.

Όταν ο εσωτερικός κόσμος ενός ατόμου αποτελείται κυρίως από φόβο και μειωμένη εμπιστοσύνη, όλοι οι τομείς στους οποίους ένα άτομο είναι επιρρεπές να δείξει τον αληθινό εαυτό του και τα εσωτερικά συναισθήματά του επηρεάζονται κατά κάποιον τρόπο, καθώς το άτομο μαθαίνει να προστατεύει τα κύρια συναισθήματα και σκέψεις του πίσω από μια «ασπίδα» ντροπής ή απροθυμίας και υποψίας.

Από την άλλη πλευρά, οι σεξουαλικές ή / και οι οικείες σχέσεις είναι κοινωνικά πλαίσια στα οποία κάποιος πρέπει να δείξει τον εσωτερικό του κόσμο, με τα δυνατά του σημεία αλλά και τις αδυναμίες του, τα βαθιά συναισθήματα, τις σκέψεις οικειότητας, τα όνειρα και τις φαντασιώσεις του. Αλλά ένα άτομο με αναπηρίες έχει μάθει κατά πάσα πιθανότητα στην ζωή του να μην το κάνει αυτό ή δεν είναι πραγματικά άνετος στο να αποκαλύπτει τον εαυτό του σε άλλους. Οπότε η δημιουργία οικείων σχέσεων με άλλο άτομο ή φτάνοντας σε μια σύνδεση ασφαλείας στην οποία η σεξουαλικότητα θα μπορούσε να λάβει μέρος, μπορούν να είναι δύσκολες στην πραγματοποίησή τους μερικές φορές.

Τις περισσότερες φορές τα άτομα με αναπηρίες αναζητούν συντρόφους οικειότητας ανάμεσα σε άτομα με αναπηρίες, οι οποίοι πιστεύεται ότι είναι σε θέση να κατανοήσουν και να



συσχετιστούν με τα δικά τους ζητήματα και απόψεις. Αυτό είναι γεγονός, καθώς ένα άτομο με αναπηρίες είναι σε θέση να δείξει περισσότερη εμπάθεια προς ένα άλλο άτομο με παρόμοιες ή διαφορετικές αναπηρίες σε σύγκριση με άτομα χωρίς αναπηρίες, επειδή μοιράζονται παρόμοια συναισθήματα και εμπειρίες που μπορούν εφαρμόσουν προκειμένου να δημιουργήσουν συναισθηματική σύνδεση. Αυτή η πτυχή διευκολύνει τις οικείες και συναισθηματικές σχέσεις μεταξύ των ατόμων με αναπηρίες, αλλά δεν διευκολύνει τα πράγματα όταν πρόκειται για σεξουαλικές σχέσεις.

Επειδή η σεξουαλικότητα συνδέεται τόσο με την ικανότητα αναπαραγωγής όσο και με την ικανότητα να προσφέρει και να λαμβάνει ευχαρίστηση, η προσέγγιση του σεξουαλικού πλαισίου μπορεί συχνά να προκαλέσει μεγάλη ανησυχία στα άτομα με αναπηρίες, καθώς είναι επιρρεπείς στο να αμφιβάλλουν για την ικανότητα τους να προσφέρουν ευχαρίστηση στον σύντροφο τους και την ικανότητα τους να κάνουν παιδιά. Επιπλέον, το άγχος αναστέλλει την απελευθέρωση της σερετονίνης και εμποδίζει το άτομο να αισθανθεί ευχαρίστηση κατά τη σεξουαλική πράξη, όπου στο τέλος θα οδηγήσει στην αποφυγή αυτής της συμπεριφοράς και πλαισίου.

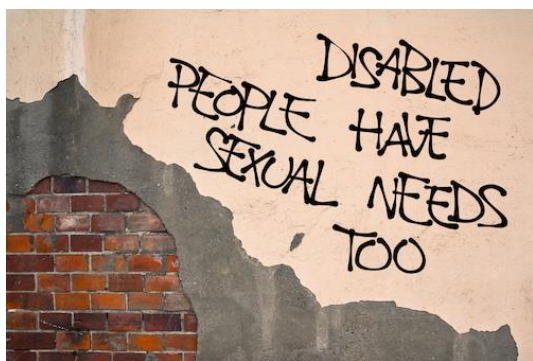
Συμπερασματικά, η σεξουαλικότητα και η οικειότητα θεωρούνται συχνά από τα άτομα με αναπηρίες, ως επικίνδυνα περιβάλλοντα για να εμπλακούν, λόγω του μεγάλου βαθμού αυτο-αποκάλυψης που χρειάζονται, οδηγώντας έτσι τις περισσότερες φορές στην αποφυγή των σεξουαλικών και οικείων σχέσεων.

Επιπτώσεις των λειτουργικών/δυσλειτουργικών σεξουαλικών και οικείων σχέσεων των ατόμων με αναπηρίες



Τι θα λέγατε ότι είναι ο αντίκτυπος των λειτουργικών οικείων και σεξουαλικών σχέσεων στη ζωή ενός ατόμου με αναπηρία; Τι γίνεται με τον αντίκτυπο των δυσλειτουργικών οικείων και σεξουαλικών σχέσεων ή της έλλειψής αυτών; Γράψτε μερικές ιδέες προτού προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Παρά τις δυσκολίες που μπορεί να έχουν τα άτομα με αναπηρίες ενώ προσεγγίζουν τις οικείες σχέσεις, αυτό το είδος σχέσεων μπορεί να είναι ιδιαίτερα ευεργετικό για τα άτομα με αναπηρίες καθώς οδηγεί σε μεγαλύτερο επίπεδο αυτό-αποδοχής, σε χαμηλότερο επίπεδο εσωτερικού στίγματος, σε βαθύτερο επίπεδο ενσυναίσθησης και συναισθηματικής ασφάλειας.



Η έρευνα που διεξήχθη για να διερευνήσει τις οικείες σχέσεις ενηλίκων με αναπηρίες έδειξε ότι οι κοινωνικές σχέσεις, ιδίως οι οικείες, μπορούν να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής, προκαλώντας μια καλύτερη συναισθηματική ευεξία, μια πιο ευνοϊκή ψυχική υγεία, μια αυξημένη αίσθηση του ανήκειν, μια ισχυρότερη αυτοεκτίμηση και ένα χαμηλότερο επίπεδο στρες. Επίσης, έχει αποδειχθεί ότι το δίκτυο κοινωνικής

υποστήριξης που προκύπτει από τις οικείες σχέσεις μπορεί να παράγει πιο θετική εμπλοκή στην κοινότητα και καλύτερες δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων. Οι επιπτώσεις των στενών κοινωνικών σχέσεων με ενήλικες και συνομηλίκους που μετρήθηκαν σε παιδιά με αναπηρίες αντανakλούσαν σημαντική αύξηση της γνωστικής, κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης.



Ποιοι είναι, κατά τη γνώμη σας, οι λόγοι για τους οποίους τα άτομα με αναπηρίες δεν έχουν οικείες ή / και σεξουαλικές σχέσεις όπως επιθυμούν; Γράψτε μερικές ιδέες προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.

Παρά τα οφέλη της οικείας φιλίας και των ρομαντικών σχέσεων, τα άτομα με αναπηρίες δεν έχουν μεγάλο αριθμό τέτοιων σχέσεων, επειδή:

- οι αναπηρίες ενδέχεται να περιορίσουν την πρόσβαση σε ορισμένα κοινωνικά πλαίσια και, ως εκ τούτου, αυτά τα άτομα δεν έχουν την ευκαιρία να συναντήσουν ανθρώπους και να διαμορφώσουν και να διατηρήσουν οικείες σχέσεις.
- συχνά επιλέγουν να απομονωθούν προκειμένου να προστατευθούν από τη γελοιοποίηση, τα γέλια ή την απόρριψή τους.

- τα άτομα χωρίς αναπηρίες έχουν την τάση να λυπούνται τα άτομα με αναπηρίες και να μην τα θεωρούν ισότιμα, ικανά και ως πιθανούς συντρόφους οικειότητας.
- τα άτομα με αναπηρίες αντιμετωπίζουν συχνά έλλειψη ιδιωτικότητας κατά την έκφραση της σεξουαλικότητάς τους και γι 'αυτό η ικανότητά τους να σχηματίζουν και να διατηρούν οικείες ή / και σεξουαλικές σχέσεις επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από τη στάση των επαγγελματιών με τους οποίους έρχονται σε επαφή.

Οι κακές εμπειρίες με οικείες και σεξουαλικές σχέσεις συχνά εμποδίζουν τα άτομα με αναπηρίες να προσπαθήσουν ξανά και έτσι αρχίζουν να ζουν πιο απομονωμένα. Αυτή η κοινωνική απόσυρση συμβάλλει:

- στη μείωση της αυτοεκτίμησης και της αυτοπεποίθησης.
- στη μείωση του επιπέδου ικανοποίησης στις δραστηριότητες.
- στη μείωση της εμπλοκής/συμμετοχής στην κοινότητα.
- στη αύξηση του επιπέδου ανησυχίας και κατάθλιψης.
- στη πυροδότηση ψυχοσωματικών ασθενειών.
- στη μείωση της ποιότητας και του προσδόκιμου ζωής.

Το να μην έχετε οικείες ή/και σεξουαλικές σχέσεις είναι σαν ένας συναισθηματικός θάνατος, όπου συνεπάγεται τη φθορά του μυαλού και του σώματος.

Διέγερση σεξουαλικότητας και οικειότητας για τα άτομα με αναπηρίες



Τι πιστεύετε ότι πρέπει να κάνει ένας επαγγελματίας σύμβουλος για να ενθαρρύνει τα άτομα με αναπηρίες να εμπλακούν σε οικείες ή / και σεξουαλικές σχέσεις; Γράψτε μερικές ιδέες προτού προχωρήσετε στην ανάγνωση.

Προκειμένου να ενθαρρυνθούν τα άτομα με αναπηρίες να εμπλακούν σε οικείες και σεξουαλικές σχέσεις και να τους βοηθήσουν να βελτιώσουν αυτές τις σχέσεις, απαιτείται επαγγελματική φροντίδα και υποστήριξη τις περισσότερες φορές. Οι υπηρεσίες που παρέχονται από συμβούλους που βοηθούν τα άτομα με αναπηρίες αντιπροσωπεύουν βασικούς παράγοντες για τη βελτίωση των κοινωνικο-συναισθηματικών και σεξουαλικών δεξιοτήτων και για την προώθηση της ευημερίας των ατόμων αυτών.

Τα πράγματα που πρέπει να προσεγγιστούν στη πορεία για την επίτευξη μιας ολοκληρωμένης οικείας και σεξουαλικής ζωής για τα άτομα με αναπηρία είναι:

- η αύξηση των ευκαιριών αλληλεπίδρασης με άλλα άτομα γενικά και με άλλα άτομα με αναπηρίες (για παράδειγμα, συμβίωση με άλλα άτομα με αναπηρίες)
- η διαχείριση των αρνητικών συναισθημάτων (φόβος, ντροπή, ανησυχία, θυμό, θλίψη κ.λπ.) που περιστρέφονται γύρω από την ιδέα τέτοιων σχέσεων και δημιουργούν το έδαφος για ασφαλείς συναισθηματικές συνδέσεις μεταξύ των ατόμων με αναπηρίες και των πιθανών συντρόφων τους.
- η επαγγελματική υποστήριξη για την ένταξη των ατόμων με αναπηρίες στην τοπική κοινωνία.
- η επαγγελματική βοήθεια στην εξερεύνηση και στην λήψη αποφάσεων σχετικά με τις οικείες και σεξουαλικές σχέσεις.



*Ποια είναι κατά τη γνώμη σας τα οφέλη του να είσαι διαφορετικός;
Γράψτε μερικές ιδέες προτού προχωρήσετε στην ανάγνωση.*

Μια σημαντική προτεραιότητα του πλάνου ψυχολογικής και ψυχοθεραπευτικής βοήθειας θα πρέπει να ασχοληθεί με την προοπτική του «να είσαι διαφορετικός», προκειμένου να υπογραμμίσουμε τις ακόλουθες ιδέες:

- το να είσαι διαφορετικός είναι μια πηγή σύνδεσης.
- ότι κοινό έχουν οι άνθρωποι βοήθα στο να ξεπεράσουν εύκολα τις διαφορές μεταξύ τους.
- οι διαφορές αποτελούν πηγή κινήτρων.
- το να είσαι διαφορετικός είναι έντονα δημιουργικό.
- υπάρχει κρυφή αξία στο να είσαι διαφορετικός – καλό θα ήταν ο καθένας να την βρει και να την εκμεταλλευτεί!



Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Η σεξουαλικότητα και η οικειότητα θεωρούνται συχνά από τα άτομα με αναπηρίες επικίνδυνα θέματα για να εμπλακούν, λόγω του μεγάλου βαθμού εξωτερίκευσης που χρειάζονται, οδηγώντας τους έτσι τις περισσότερες φορές στην αποφυγή των σεξουαλικών και οικείων σχέσεων.
- Έχοντας μια σχέση οικειότητας μπορεί να είναι ιδιαίτερα ευεργετική για τα άτομα με αναπηρίες, καθώς οδηγούν σε καλύτερο επίπεδο αυτό-αποδοχής, σε χαμηλότερο επίπεδο εσωτερικού στίγματος, σε βαθύτερο επίπεδο ενσυναίσθησης και συναισθηματικής ασφάλειας.
- Το να μην έχετε οικείες ή/και σεξουαλικές σχέσεις είναι σαν ένας συναισθηματικός θάνατος, όπου συνεπάγεται τη φθορά του μυαλού και του σώματος.
- Η επαγγελματική φροντίδα και υποστήριξη αντιπροσωπεύουν κύριους παράγοντες προκειμένου να ενθαρρύνουν τα άτομα με αναπηρίες να εμπλακούν και να ενισχύσουν τις οικείες και σεξουαλικές τους σχέσεις, βελτιώνοντας τις κοινωνικο-συναισθηματικές και σεξουαλικές τους δεξιότητες και προωθώντας την ευημερία τους.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 5. Ειδική φροντίδα και υποστήριξη για άτομα με αναπηρίες

Ο σκοπός του συστήματος ατομικού σχεδιασμού είναι να καθοδηγήσει όλους τους επαγγελματίες να σχεδιάσουν, να παρακολουθήσουν και να διαχειριστούν την ανάπτυξη των ατόμων με αναπηρίες σε συναισθηματικό, κοινωνικό, και σεξουαλικό επίπεδο. Μια ποικιλία πόρων όπως πληροφορίες, δραστηριότητες, εκπαιδευτικά μέσα θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν για να εστιάσουν τα άτομα με αναπηρίες στην συναισθηματική ισορροπία, στην ένταξη στην κοινότητα και να βοηθήσουν τα άτομα να αναπτύξουν ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων και ικανοτήτων που θα πρέπει να τους βοηθήσουν να έχουν μια πλήρη ζωή με οικειότητα.



Ποια είναι κατά τη γνώμη σας τα οφέλη από τη χρήση ενός συστήματος ατομικού σχεδιασμού για παροχή συμβουλών; Γράψτε μερικές ιδέες προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.

Μέσω του συστήματος ατομικού σχεδιασμού, οι σύμβουλοι θα μπορούν να:

- ✓ **θέσουν φιλόδοξους στόχους για τα άτομα με αναπηρίες, που βασίζονται σε αυτογνωσία και πληροφορίες σχετικά με την οικειότητα και την σεξουαλικότητα.**
- ✓ **κάνουν σχέδια για τα άτομα με αναπηρίες και να τους βοηθήσουν να λάβουν αποφάσεις για την επίτευξη βραχυπρόθεσμων και μακροπρόθεσμων στόχων.**
- ✓ **αναλύσουν τα ισχυρά σημεία και τις αδυναμίες και να αξιολογήσουν το μέτρο με το οποίο οι άνθρωποι είναι σε θέση να βελτιώσουν ή να εμποδίσουν την επίτευξη των στόχων τους.**
- ✓ **αξιολογήσουν την πρόοδο σε σχέση με τους στόχους που έχουν θέσει προηγουμένως.**



Τι είδους πληροφορίες περιέχει ένα ατομικό πλάνο κατά τη γνώμη σας; Γράψτε μερικές ιδέες προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.

Ένα αποτελεσματικό ατομικό πλάνο είναι σε θέση να απαντήσει με σαφή τρόπο σε τέσσερις ερωτήσεις, όπου κάθε μια από αυτές είναι στην πραγματικότητα ένα ξεχωριστό στάδιο της διαδικασίας σύλληψης ενός ατομικού πλάνου:

- **Τι πρέπει να γίνει;** – η απάντηση στο ερώτημα αυτό αναφέρεται σε στόχους που προτείνονται ώστε να επιτευχθούν.
- **Ποιοι πόροι είναι απαραίτητοι για τη διαδικασία;** – η απάντηση στο ερώτημα αυτό αναφέρεται στα μέσα και τους μηχανισμούς που απαιτούνται για την επίτευξη των στόχων που αναφέρθηκαν προηγουμένως.
- **Πώς θα γίνει;** – η απάντηση στο ερώτημα αυτό περιγράφει τις δραστηριότητες και τα καθήκοντα που θα βοηθήσουν στην εξάλειψη του χάσματος μεταξύ του παρόντος επιπέδου και αυτού που προβλέπεται από τους στόχους και θα εγγυηθεί την επίτευξη των στόχων.
- **Πώς θα γίνεται σαφές ότι αυτό που έπρεπε να γίνει εξ αρχής έχει γίνει;** – η απάντηση στο ερώτημα αυτό επικεντρώνεται στις μεθόδους και τεχνικές αξιολόγησης που θα αντικατοπτρίζουν την αποτελεσματικότητα των δραστηριοτήτων και την επίτευξη των στόχων.

Στη συνέχεια, θα αναλύσουμε λεπτομερώς τη διαδικασία σύλληψης ενός ατομικού πλάνου και το τι είναι σημαντικό σε κάθε στάδιο.

Στάδιο 1 – Εκπόνηση των στόχων

Η πρώτη προϋπόθεση της εκπόνησης ενός σωστού και αποτελεσματικού ατομικού πλάνου είναι ο προσδιορισμός και η διαμόρφωση σαφών αναπτυξιακών στόχων για κάθε άτομο. Για να γίνει αυτό πρέπει να ξεκινήσουμε με το τρέχον επίπεδο επίτευξης του ατόμου, αξιολογώντας τι ήδη ξέρει ή μπορεί να κάνει και στη συνέχεια να σκεφτείτε τι άλλο χρειάζεται ακόμη να μάθει το άτομο ή το τι μπορεί να κάνει για να φτάσει στο επόμενο επίπεδο ανάπτυξης.

Οι στόχοι πρέπει πάντα να επικεντρώνονται σε μια δεξιότητα ή ικανότητα που μπορεί να μεταφραστεί σε παρατηρήσιμες, συγκεκριμένες συμπεριφορές και θα πρέπει πάντα να περιγράφουν την αλλαγή που αναμένεται να συμβεί στο άτομο μετά από την εκπαίδευση ή την ανάπτυξη. Πρέπει να είναι ρητές, σύντομες, σαφείς χρησιμοποιώντας ρήματα δράσης και να περιέχουν μόνο μια λειτουργία (όχι πολλαπλές λειτουργίες) προκειμένου να διευκολύνεται η μέτρηση και η αξιολόγηση και να αποφεύγεται η σύγχυση.



Ο εμπειρικός κανόνας κατά τη διαμόρφωση των στόχων στο ατομικό πλάνο είναι να τους διατηρήσετε SMART που σημαίνει συγκεκριμένους (Specific) όσο αφορά τη συμπεριφορά, μετρήσιμους (Measurable) όσο αφορά τους δείκτες απόδοσης, εφικτούς (Attainable) όσο αφορά τις δυνατότητες και το υπόβαθρο του ατόμου, σχετικούς (Relevant) εντός των ψυχοκοινωνικών προτύπων και του πλαισίου που χρειαζόμαστε να μπορεί το άτομο να κάνει και χρονικά περιορισμένο (Time-bound).

Ανάλογα με το χρόνο και τους πόρους που απαιτούνται για την επίτευξη ορισμένων στόχων, θα μπορούσαν να ταξινομηθούν σε: **γενικούς στόχους** οι οποίοι θα μπορούσαν να είναι μακροπρόθεσμοι ή μεσοπρόθεσμοι και χρειάζονται πολλαπλές δραστηριότητες και πόρους για να επιτευχθούν, και **συγκεκριμένους ή επιχειρησιακούς στόχους** οι οποίοι είναι βραχυπρόθεσμοι, χρειάζονται λιγότερους πόρους και θα μπορούσαν να επιτευχθούν κατά τη διάρκεια μιας δραστηριότητας. Το ατομικό πλάνο περιλαμβάνει και τους δύο τύπους.



Σκεφτείτε ένα στόχο που θέλετε να θέσετε για τον εαυτό σας. Γράψτε τον στόχο σύμφωνα με τον εμπειρικό κανόνα SMART προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.

Στάδιο 2 – Προσδιορισμός των απαραίτητων πόρων

Όταν μιλάμε για πόρους, έχουμε υπόψη μια ποικιλία πτυχών που εμπλέκονται στη διαδικασία ανάπτυξης: τις απαιτούμενες πληροφορίες και την ανθρώπινη εμπειρογνωμοσύνη, τα μέσα που διευκολύνουν τη διαδικασία (όπως υπολογιστές,



βιβλία, συσκευές πολυμέσων, βιβλία / φύλλα δραστηριοτήτων κ.λπ.), τα ήδη επιτευχθέντα επίπεδα ικανοτήτων και δεξιοτήτων, τα προσωπικά κίνητρα και τις μαθησιακές δυνατότητες, τις μεθόδους και τις διαδικασίες που αποδεικνύονται χρήσιμες, τις απαιτήσεις χώρου και χρόνου, την κοινωνική υποστήριξη, τον οικονομικό προϋπολογισμό.

Προκειμένου να είναι σε θέση να καθιερωθούν οι απαραίτητοι πόροι για την επίτευξη των στόχων, πρέπει να είναι σε θέση να ομαδοποιηθούν οι στόχοι σύμφωνα με το

περιεχόμενο τους: α)παροχή πληροφοριών, β)ανάπτυξη δεξιοτήτων, γ)διαμόρφωση ή αλλαγή στάσεων και αξιών. Στην συνέχεια, πρέπει να προχωρήσουμε στην εξαγωγή ψυχολογικών και φυσικών πόρων που εμπλέκονται σε κάθε είδος περιεχομένου και να

σκεφτούμε μεθόδους ή τεχνικές για την κινητοποίηση των προσωπικών πόρων προς την επίτευξη των στόχων. Τέλος, το μόνο που μένει να επιλέξετε είναι τα κατάλληλα υλικά που πρέπει να χρησιμοποιηθούν στη διαδικασία και να αποφασίσετε πόσος χρόνος χρειάζεται για ολόκληρη τη διαδικασία.

Οι πόροι που χρησιμοποιούνται σε μια διαδικασία προσωπικής ανάπτυξης μπορούν να ομαδοποιηθούν σε τρεις κατηγορίες:

- ✓ **υλικοί πόροι** – που περιλαμβάνουν εγχειρίδια, βιβλία, φύλλα ή βιβλία δραστηριοτήτων, συσκευές πολυμέσων ή υπολογιστές, υλικό ήχου-βίντεο, τον χώρο στον οποίο πραγματοποιούνται οι δραστηριότητες, έπιπλα, ειδικό εξοπλισμό κ.λπ.
- ✓ **ανθρώπινοι πόροι** – η προσωπικότητα του νεαρού ατόμου, τα κίνητρα του για ανάπτυξη, οι μαθησιακές του ικανότητες, οι ικανότητες, οι στάσεις, η εμπειρία και οι προσωπικοί πόροι του «προπονητή» (δάσκαλου, εκπαιδευτή, βοηθού επαγγελματία), η υποστήριξη της κοινότητας κ.λπ.
- ✓ **διαδικαστικοί πόροι** – οι μέθοδοι με τις οποίες οργανώνεται η δραστηριότητα, οι τρόποι με τους οποίους οργανώνεται το περιβάλλον, οι μέθοδοι μάθησης, οι μέθοδοι διδασκαλίας και κατάρτισης, η κατανομή χρόνου κ.λπ.

Μια από τις βασικές προϋποθέσεις για να έχουμε καλή δομή των πόρων είναι το γεγονός ότι πρέπει να υπάρχει ισορροπία μεταξύ των πληροφοριακών στοιχείων και των αναπτυξιακών στοιχείων. Ο κύριος σκοπός των πληροφοριών είναι να εφαρμοστεί, οπότε πρέπει να προωθηθούν οι δεξιότητες και οι ικανότητες και να αναπτυχθούν. Η καλύτερη διαδικασία προσωπικής ανάπτυξης είναι αυτή που επιτυγχάνει να αναπτύξει αυτές τις πτυχές που μπορούν να αναπτυχθούν και που είναι πραγματικά χρήσιμες και το κλειδί για αυτό βρίσκεται στην επιλογή των καλύτερων μεθόδων και μέσων σε σχέση με το ατομικό πλαίσιο και όχι σύμφωνα με τις υποκειμενικές φιλοδοξίες των εμπλεκομένων.



Ποιοι είναι, κατά τη γνώμη σας, οι κύριοι πόροι που θα χρειαστείτε για να επιτύχετε τον στόχο που έχετε ορίσει προηγουμένως για τον εαυτό σας; Γράψτε μερικές ιδέες προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.

Στάδιο 3 – Περιγραφή των δραστηριοτήτων

Σε αυτό το στάδιο, η διαδικασία θα γίνει σαφής, συνδέοντας τους στόχους και τους πόρους σε ένα στρατηγικό σύστημα.

Οι δραστηριότητες θα αντικατοπτρίζουν το πλαίσιο και τη δοσολογία στην οποία οι μέθοδοι και τα μέσα θα συνδυαστούν και θα χρησιμοποιηθούν για την επίτευξη των προηγούμενων προτεινόμενων στόχων.

Η καταλληλότητα των δραστηριοτήτων για το άτομο θα διασφαλιστεί από το άτομο που σχεδιάζει το πλάνο, το οποίο πρέπει να συγκεντρώσει όλες τις πληροφορίες σχετικά με το άτομο και τους πόρους του, ότι γνωρίζει για τους δικούς του πόρους, τους στόχους που πρέπει να επιτευχθούν και τα μέσα που διαθέτει.

Η περιγραφή των δραστηριοτήτων που πρέπει να γίνουν στο ατομικό πλάνο είναι σαν να δημιουργείτε ένα σενάριο για το πώς θα εξελιχθούν τα πράγματα στην πράξη. Αυτό βοηθά τους επαγγελματίες να διατηρούν τον έλεγχο της διαδικασίας, να αποφεύγουν λάθη ή παρεξηγήσεις, να καλλιεργούν την εμπιστοσύνη των νέων μέσω υποστήριξης της ικανότητας και της ποιότητας. Όμως, οι επαγγελματίες πρέπει να λάβουν υπόψη το γεγονός ότι δεν συμβαδίζουν πάντα όλα σύμφωνα με το σχέδιο και ότι οι αλλαγές στο πλαίσιο είναι πάντα δυνατές όταν ασχολούνται με ανθρώπους και συναισθήματα, οπότε θα πρέπει επίσης να μπορούν να βασίζονται στον αυθορμητισμό και την αίσθηση της καινοτομίας και να εκμεταλλεύονται όσο καλύτερα μπορούν όλες οι απρόβλεπτες καταστάσεις που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια της αλληλεπίδρασής τους με τη νεολαία.

Η δημιουργικότητα αντιπροσωπεύει σε αυτήν την περίπτωση το πιο σημαντικό πλεονέκτημα που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι επαγγελματίες για να καθοδηγήσουν τη διαδικασία προσωπικής ανάπτυξης των ατόμων με αναπηρίες, επειδή παρόλο που μπορεί να έχουν πρόσβαση σε ένα χαρτοφυλάκιο δραστηριοτήτων από τις οποίες μπορούν να επιλέξουν, μερικές φορές οι καταστάσεις τις οποίες συναντούν στην πραγματική ζωή είναι τόσο άτυπες που όχι μόνο πρέπει να προσαρμόσουν τις δραστηριότητες και τις μεθόδους, αλλά ακόμη και να δημιουργήσουν νέα καθήκοντα και ασκήσεις από το μηδέν, στηριζόμενοι μόνο στο προαίσθημα τους και στην ενσυναίσθηση τους με τις περιπτώσεις που δουλεύουν.



Ποιες είναι κατά τη γνώμη σας οι κύριες δραστηριότητες που πρέπει να κάνετε για να επιτύχετε τον στόχο που έχετε ορίσει προηγουμένως για τον εαυτό σας;

Γράψτε μερικές ιδέες προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.

Στάδιο 4 – Καθορισμός των μεθόδων αξιολόγησης

Το ατομικό πλάνο είναι πολύτιμο και καλά δομημένο εάν καθορίζει από την αρχή πώς θα μετρηθεί το επίπεδο επίτευξης των στόχων. Επομένως, η καλύτερη στρατηγική αξιολόγησης ξεκινά από τους στόχους που είχαν αρχικά προταθεί, εστιάζοντας στη διαφορά (εάν υπάρχει) μεταξύ των πραγματικών αποτελεσμάτων και των προγραμματισμένων. Κάτω από αυτή την προοπτική, όσο μικρότερη είναι η διαφορά μεταξύ των προβλεπόμενων και αυτών που έχουν επιτευχθεί, τόσο πιο αποτελεσματική μπορούμε να θεωρήσουμε τη δραστηριότητα.



Η αξιολόγηση μπορεί επίσης να λάβει υπόψη την έκταση των συμπεριφορών που βελτιώθηκαν σε σχέση με τους πόρους που επενδύθηκαν στη διαδικασία αλλαγής, από άποψη χρόνου και / ή οικονομικών, υλικών, ενημερωτικών, ανθρώπινων πόρων. Από αυτήν την άποψη, όσο πιο γρήγορα

επιτεύχθηκε ο στόχος και όσο λιγότεροι πόροι δαπανήθηκαν για την επίτευξή του, τόσο πιο κατάλληλη και πολύτιμη ήταν η δραστηριότητα.

Το πιο σημαντικό που πρέπει να έχουμε υπόψη κατά την συζήτηση των μεθόδων αξιολόγησης είναι το γεγονός πως δεν γίνεται για να οργανώσετε τους ανθρώπους με ιεραρχική σειρά βάσει των επιδόσεων τους, αλλά για να διασφαλίσετε την αυτορρύθμιση εντός του ατομικού πλάνου, αποδεικνύοντας την αποτελεσματικότητα της διαδικασίας και σηματοδοτώντας την ανάγκη βελτίωσης.

Εάν κριθεί απαραίτητο, το ατομικό πλάνο για την προσωπική ανάπτυξη μπορεί επίσης να περιλαμβάνει ένα σύνολο συστάσεων ή κάποιου είδους συντονισμένων διαδικασιών παροχής συμβουλών για τη διευκόλυνση της περαιτέρω βελτίωσης των δεξιοτήτων οικειότητας.

Εάν είναι καλά δομημένο, το ατομικό πλάνο αποτελεί πηγή αποτελεσματικής δομής και σημαντικών αποτελεσμάτων σε συνεργασία με οποιοδήποτε είδος ευάλωτης κατηγορίας ατόμων που υποτίθεται ότι θα περάσουν από μια διαδικασία κοινωνικής ένταξης ή επανένταξης στην κοινότητα.



*Ποιος είναι, κατά τη γνώμη σας, ο καλύτερος τρόπος μέτρησης για να ελέγξετε εάν έχετε επιτύχει τον στόχο που έχετε ορίσει προηγουμένως για τον εαυτό σας;
Γράψτε μερικές ιδέες προτού συνεχίσετε την ανάγνωση.*

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Το περιεχόμενο του ατομικού πλάνου πρέπει να περιλαμβάνει:
 - ο σχετικές και ακριβείς πληροφορίες.
 - ο ηλικιακά κατάλληλο περιεχόμενο και κατάλληλους στόχους.
 - ο αντικειμενικές δραστηριότητες.
 - ο μεθόδους αξιολόγησης.

ΑΥΤΟ- ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

1. Επιλέξτε την απάντηση που ΔΕΝ ισχύει:
Οι λειτουργίες της ανθρώπινης σεξουαλικής συμπεριφοράς είναι:
Α) Ανταλλαγή συναισθημάτων και επίτευξη συναισθηματικής σύνδεσης
Β) Σκοποί συναλλαγών
Γ) Επίλυση συγκρούσεων ή διατήρηση ασφάλειας
Δ) Ευημερία της κοινότητας
2. Συμπληρώστε το κενό :
Όπως φαίνεται από τη θεωρία της προσκόλλησης, η πιο βασική ανάγκη που έχει κάθε άνθρωπος είναι να αγαπιέται και να γίνεται
8. Σωστό ή Λάθος
Ο εγκέφαλος είναι το πιο σημαντικό σεξουαλικό όργανο.
Σωστό Λάθος
9. Επιλέξτε τη σωστή απάντηση:
Ένα άτομο με αυτοπεποίθηση θα:
Α) Έχει περισσότερες αμφιβολίες σχετικά με τη συμπεριφορά του συντρόφου του
Β) Έχει περιορισμένη ικανότητα να αποφασίζει εάν θα συνεχίσει ή θα εγκαταλείψει μια σχέση
Γ) Διακρίνει καλύτερα τις λειτουργικές και δυσλειτουργικές σχέσεις
10. Επιλέξτε τη σωστή απάντηση:
Αυτοεκτίμηση είναι:
Α) Χτίζεται από την παιδική ηλικία, στις σχέσεις που έχει το παιδί με την οικογένεια
Β) Χωρίς αδυναμίες
Γ) Όταν κάποιος αισθάνεται ανεπαρκής ή άχρηστος
11. Σωστό ή Λάθος
«Τα συναισθήματα είναι ψυχικές καταστάσεις που αντανakλούν θετικές ή αρνητικές εμπειρίες»
Σωστό Λάθος
12. «Τα συναισθήματα συνδέονται με συγκεκριμένες φυσιολογικές δραστηριότητες και γνώσεις»
Σωστό Λάθος
13. «Τα συναισθήματα συνδέονται με εσωτερικά όργανα»
Σωστό Λάθος
14. «Τα συναισθήματα ακολουθούνται από μια αντίδραση συμπεριφοράς»
Σωστό Λάθος

15. «Τα συναισθήματα ακολουθούνται από κανόνες»
Σωστό Λάθος
16. «Τα συναισθήματα βοηθούν στη ρύθμιση της συμπεριφοράς»
Σωστό Λάθος
17. Τα άτομα με αναπηρία δεν έχουν πολλές στενές και ρομαντικές σχέσεις, παρά τα οφέλη τους, επειδή συχνά επιλέγουν να απομονώνονται.
Σωστό Λάθος
18. Τα άτομα με αναπηρία έχουν ίση πρόσβαση σε όλα τα κοινωνικά πλαίσια, όπως ακριβώς τα άτομα χωρίς αναπηρίες
Σωστό Λάθος
19. Τα άτομα χωρίς αναπηρίες έχουν τη τάση να αμφιβάλλουν ότι τα άτομα με αναπηρίες μπορούν να είναι ικανοί σύντροφοι.
Σωστό Λάθος
20. Τα άτομα με αναπηρία έχουν απεριόριστη ιδιωτική ζωή όποτε θέλουν να εκφράσουν τις σεξουαλικές τους ανάγκες.
Σωστό Λάθος
21. Συμπληρώστε το κενό
Οι σεξουαλικές και στενές σχέσεις θεωρούνται συχνά από τα άτομα με αναπηρίες ως
22. Επιλέξτε την απάντηση που δεν ισχύει.
Ποια είναι τα στάδια της σύλληψης ενός ατομικού σχεδίου;
- Εκπόνηση των στόχων
 - Προσδιορισμός των δυνατοτήτων και των αδυναμιών του ατόμου
 - Προσδιορισμός των απαραίτητων πόρων
 - Καθορισμός των μεθόδων αξιολόγησης
23. Πιστεύετε ότι είστε σε θέση να αναπτύξετε ένα ατομικό σχέδιο;

Δραστηριότητες Εκπαίδευσης στην Τάξη

Εργαλεία και απαιτούμενο υλικό για τις δραστηριότητες

- Υπολογιστή/ tablet/ κινητό (smartphone)
- Σύνδεση στο διαδίκτυο
- Μέσα για τη λήψη σημειώσεων (αναλογικά/ ψηφιακά – κατά προτίμηση)



Δραστηριότητα 1

Έχοντας μια ποικιλία εικόνων/ φωτογραφιών από περιοδικά/ καρτ-ποστάλ που δείχνουν έννοιες που σχετίζονται με την σεξουαλικότητα/ οικειότητα (αλλά και άλλα είδη), ζητήστε από την τάξη να επιλέξουν μια ή δύο από αυτές που εκφράζουν καλύτερα τη δική τους οπτική για το τι είναι η σεξουαλική συμπεριφορά και ποιες είναι οι λειτουργίες της σεξουαλικότητας για τον άνθρωπο κατά την γνώμη τους. Πραγματοποιήστε μια ομαδική συζήτηση στην οποία κάθε άτομο πρέπει να παρουσιάσει αυτό που έχει επιλέξει και γιατί.



Δραστηριότητα 2

Χωρίστε την ομάδα σε μικρότερες ομάδες και ζητήστε τους να γράψουν μια ιστορία ξεκινώντας με την ίδια εισαγωγή (για παράδειγμα: «Πάντα ονειρευόμουν να έχω μια κοπέλα,/ ένα αγόρι,/ κολλητό/ή φίλο/η για να μοιράζομαι κάθε μου σκέψη και συναίσθημα... αλλά πάντα ένιωθα τόσο διαφορετικός/ή...»). Ζητήστε από τις μικρές ομάδες να παρουσιάσουν τις ιστορίες που έχουν δημιουργήσει στη αρχική μεγάλη ομάδα.



Δραστηριότητα 3

Έχετε μια ποικιλία καρτών που αναπαριστούν συναισθήματα με γραμμένες λέξεις πάνω τους, γυρισμένες από την ανάποδη πλευρά πάνω στο τραπέζι. Ζητήστε από τα μέλη της ομάδας να διαλέξουν μια κάρτα και να σκεφτούν μια κατάσταση στη ζωή τους στην οποία έχουν αισθανθεί αυτό το συναίσθημα που δείχνει η κάρτα τους. Συζητήστε με την ομάδα πώς μπορεί κάποιος να αναγνωρίσει τι συναίσθημα αισθάνεται και πώς οι άνθρωποι θα μπορούσαν να αναγνωρίσουν τι αισθάνονται οι άλλοι.



Δραστηριότητα 4

Χωρίστε την ομάδα σε μικρότερες ομάδες και ζητήστε τους να δημιουργήσουν αφίσες σχετικά με τις επιπτώσεις των λειτουργικών/ δυσλειτουργικών οικείων/ σεξουαλικών σχέσεων για άτομα με αναπηρίες ή την έλλειψη τέτοιων σχέσεων. Ζητήστε από τις μικρές ομάδες να παρουσιάσουν τις αφίσες που έχουν δημιουργήσει στη μεγάλη ομάδα.



Δραστηριότητα 5

Προσφέρετε στην ομάδα πληροφορίες σχετικά με μια πραγματική κατάσταση στην οποία ένα άτομο με αναπηρίες χρειάζεται καθοδήγηση οικειότητας/σεξουαλική, και ζητήστε τους να προετοιμάσουν ένα ατομικό σχέδιο δράσης το οποίο θα προσφέρει επαγγελματική υποστήριξη σε αυτό το άτομο.

ΓΛΩΣΣΑΡΙΟ

- **Αναγνώριση συναισθημάτων** – σημαίνει να βιώνουμε συνειδητά τα συναισθήματα ενώ τα αισθανόμαστε στο σώμα μας ή όταν τα αισθανόμαστε από άλλους.
- **Ανησυχία/άγχος** – είναι ένα αίσθημα έντονου φόβου για πράγματα που αναμένεται να έρθουν / να συμβούν (όχι απαραίτητα με ρεαλιστικό τρόπο).
- **Ανθρώπινη σεξουαλική συμπεριφορά** – κάθε είδους συμπεριφορά που περιλαμβάνει την παρουσία (ή την πρόθεση να οδηγήσει σε) σεξουαλικής διέγερσης και φυσιολογικών αλλαγών στο σώμα του διεγερμένου ατόμου.
- **Αυτοεκτίμηση** – είναι ο τρόπος που οι άνθρωποι αισθάνονται για τον εαυτό τους, τα δικά τους χαρακτηριστικά και τις ικανότητες τους.
- **Θεωρία προσκόλλησης** – μια θεωρία που επικεντρώνεται στην εξήγηση της ανθρώπινης συμπεριφοράς με βάση την προϋπόθεση ότι η πιο βασική ανάγκη που έχει ο κάθε άνθρωπος είναι να αγαπηθεί και να γίνει αποδεκτός για το τι είναι, και ο τρόπος με τον οποίο αντιδρούν οι άνθρωποι στις διάφορες αλληλεπιδράσεις επιβάλλεται από τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι αισθάνονται ότι εκπληρώνονται οι βασικές τους ανάγκες προσκόλλησης.
- **Οικειότητα** – δείχνει το πόσο κοντά και το πόσο εξοικειωμένα είναι δύο άτομα.
- **Περιορισμοί προς τους άλλους** – είναι οδηγίες ή όρια που δημιουργούν οι άνθρωποι για να προσδιορίσουν ασφαλείς τρόπους για την συμπεριφορά των άλλων προς αυτούς και πως αντιδρούν όταν αυτά τα όρια ξεπεραστούν.
- **Προσωπικοί περιορισμοί** – είναι πλαίσια και όρια που δημιουργούν οι άνθρωποι για να αισθάνονται ασφαλείς και να ρυθμίζουν την αλληλεπίδραση με το περιβάλλον.
- **Συναίσθημα** – είναι μια ψυχική κατάσταση που αντικατοπτρίζει μια θετική ή αρνητική εμπειρία που σχετίζεται με ένα μοτίβο φυσιολογικής δραστηριότητας και συχνά με μια γνώση, και ακολουθείται από μια συμπεριφορική ανταπόκριση (μιμήσεις, χειρονομίες, κινήσεις, ομιλία κ.λπ.).

ΕΝΟΤΗΤΑ 5 – ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΟΡΕΙΑΣ

ΕΝΟΤΗΤΑ 5 – ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΟΡΕΙΑΣ

Μαθησιακά αποτελέσματα

Υποενότητα 1 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- να μάθετε για τις οδηγίες, τις μεθόδους και τους στόχους της σεξουαλικής εκπαίδευσης.

Υποενότητα 2 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- να μάθετε πώς να προγραμματίσετε μια παρέμβαση σεξουαλικής εκπαίδευσης, να προσδιορίζετε το συγκεκριμένο περιεχόμενο και να το απορρίπτεται προς τις δεξιότητες που πρέπει να επιτευχθούν και στις συμπεριφορές που πρέπει να αναπτυχθούν.

Υποενότητα 3 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- να αναγνωρίσετε τα στοιχεία που μπορούν να θέσουν σε κίνδυνο την ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη του ατόμου με αναπηρίες και να καθορίσουν το ρόλο τους στον καθορισμό της ταυτότητας, της σεξουαλικότητας και της σεξουαλικής ταυτότητας..

Υποενότητα 4 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- να εντοπίσετε τους συγκυριακούς παράγοντες που κινδυνεύουν να διοχετεύσουν την ανάπτυξη της σεξουαλικότητας σε προβληματική πορεία.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 1. Σεξουαλική εκπαίδευση: οδηγίες, στόχοι, μέθοδοι, εφαρμογή

Σεξουαλική εκπαίδευση σημαίνει μάθηση για τις βιολογικές, γνωστικές, ψυχολογικές, συναισθηματικές, σχεσιακές και κοινωνικές πτυχές της σεξουαλικότητας.

Οι παρεμβάσεις σεξουαλικής εκπαίδευσης παρέχουν πληροφορίες, προωθούν δεξιότητες, βοηθούν στην κατανόηση και την απόλαυση της σεξουαλικότητας, αυξάνουν την ενδυνάμωση των θεμάτων αναπτύσσοντας την ανάπτυξη ευθύνης σχετικά με την ευημερία και την υγεία του εαυτού μας και των άλλων.

Η σεξουαλική εκπαίδευση δεν είναι απλώς πληροφορίες για πτυχές της σεξουαλικότητας. Η πληροφόρηση είναι ένα προνόμιο γνώσης όπου διεγείρει την ικανότητα προσανατολισμού και αυτονομίας. Η εκπαίδευση περιλαμβάνει την αλληλεπίδραση, μια συναισθηματική και σχεσιακή συμμετοχή που διορθώνει τη μάθηση. Η διαφορά είναι επίσης ότι στην εκπαίδευση υπάρχει η δυνατότητα μάθησης διαχείρισης, ανατροφοδότησης και επομένως πιθανώς η ενσωμάτωση των πληροφοριών. Η δυνατότητα ελέγχου δεν αποτελεί την τελική επαλήθευση αλλά αποτελεί την συνεχή παρακολούθηση μέσω σύγκρισης.

Όπως αναφέρεται από τα Πρότυπα για τη Σεξουαλική Εκπαίδευση στην Ευρώπη, ο στόχος της σεξουαλικής εκπαίδευσης είναι να ενθαρρύνει την απόκτηση μιας κατάστασης ψυχοσεξουαλικής ευημερίας από ένα άτομο.

Συγκεκριμένοι στόχοι της σεξουαλικής εκπαίδευσης είναι:

- **Πρόληψη:** σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών, εθελοντικού τερματισμού εγκυμοσύνης, σεξουαλικής και σχεσιακής δυσφορίας, προκατάληψης.
- **Πρωώθηση της σεξουαλικής υγείας:** έκφραση της σεξουαλικότητας κάθε ατόμου σε σχέση με τα δικαιώματα των άλλων, διάκριση μεταξύ σεξουαλικών συμπεριφορών που αναπτύσσουν ευημερία και εκείνων που είναι επιβλαβείς για τον εαυτό τους ή/και άλλους, αποφυγή συμπεριφορών που παρουσιάζουν προκαταλήψεις, να γίνει επίδειξη ανοχής σε άτομα με διαφορετικές σεξουαλικές αξίες και τρόπο ζωής, να εκφραστεί η σεξουαλικότητα κάθε ατόμου με τέτοιο τρόπο που να συμβαδίζει με τις δικές του αξίες, να ευνοήσει την επιβεβαίωση του σεξουαλικού προσανατολισμού του ατόμου και να ενισχύσει τον σεξουαλικό προσανατολισμό των άλλων, να εκφράσει την αγάπη και την οικειότητα με τους κατάλληλους τρόπους, να αποφύγει τις σχέσεις χειραγώγησης, να αποτρέψει τη σεξουαλική κακοποίηση, να εξασκήσει συμπεριφορές που προάγουν την υγεία όπως είναι οι τακτικοί έλεγχοι υγείας, και προστασία από σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες.
- **Προστασία:** του δικαιώματος στην ελευθερία, η οποία αποκλείει οποιαδήποτε μορφή εξαναγκασμού, εκμετάλλευσης και κακοποίησης ανά

πάσα στιγμή και σε όλες τις καταστάσεις της ζωής, του δικαιώματος στην αυτονομία, στην ακεραιότητα, στην ασφάλεια του οργανισμού, στην δικαιοσύνη και στην ισότητα. Προστασία του δικαιώματος στη σεξουαλική υγεία, το οποίο περιλαμβάνει τη διαθεσιμότητα όλων των επαρκών πόρων για την ανάπτυξη έρευνας, διάγνωσης και θεραπείας των σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών. Προστασία του δικαιώματος σε μια ευρεία, αντικειμενική και πραγματική ενημέρωση για την ανθρώπινη σεξουαλικότητα και του δικαιώματος σε μια πιο ολοκληρωμένη εκπαίδευση για τη σεξουαλικότητα, από τη γέννηση και καθ' όλη τη διάρκεια του κύκλου ζωής. Και τέλος προστασία του δικαιώματος των επιλογών σχετικά με την αναπαραγωγική ζωή, τον αριθμό των παιδιών και την πρόσβαση στα μέσα που ρυθμίζουν τη γονιμότητα ελεύθερα και υπεύθυνα.

Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στην προστασία του δικαιώματος ενημέρωσης όλων των ανθρώπων, όπως συνιστά η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (2006) και η Διακήρυξη των Σεξουαλικών Δικαιωμάτων (Παγκόσμια Ένωση για τη Σεξουαλική Υγεία 1999, 2008, 2014).

Απαραίτητη προϋπόθεση για οποιαδήποτε παρέμβαση σεξουαλικής εκπαίδευσης, όπως συνιστάται από τα *Πρότυπα για τη Σεξουαλική Εκπαίδευση στην Ευρώπη*, είναι μια ολιστική αντίληψη της σεξουαλικότητας, δηλαδή, μια ευρεία διάσταση της σεξουαλικότητας που περιλαμβάνει επιδράσεις, συναισθήματα αγάπης ή φιλίας, ανατομία και βιολογία, σχέσεις, ταυτότητα και πρόληψη. Μιας εκπαίδευσης που εξετάζει όλες τις πτυχές της σεξουαλικότητας, δεν περιορίζεται στην σεξουαλική επαφή και θεωρεί τη σεξουαλικότητα ως συστατικό της ανάπτυξης στη φυσική, συναισθηματική και σχεσιακή της διάσταση.

Ο σκοπός της παρέμβασης πρέπει να είναι πολυεστιακός: Το επίκεντρο δεν είναι η μετάδοση πληροφοριών αλλά για η προώθηση της ανάπτυξης ευαισθητοποίησης, της κριτικής ικανότητας, και της αναγνώρισης αξιών που οδηγούν σε αυτοκαταστροφή.

Συνεπώς, οι πιο κατάλληλες μεθοδολογίες περιλαμβάνουν:

- Ολιστική προσέγγιση προς τη σεξουαλικότητα βασισμένη σε μια ευρεία διάσταση της.
- Εκτεταμένη και πολυεστιακή παρέμβαση.

Πρωθητική προσέγγιση και όχι αυστηρά προληπτική, η οποία προβλέπει την εμφάνιση προληπτικού περιεχομένου (πρόληψη ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης, άμβλωση, σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες, σεξουαλικές και ψυχο-σεξουαλικές παθολογίες, σεξουαλική βία) σε έντονα θετική και εποικοδομητική διάσταση.

- Πλουραλιστική προσέγγιση σχετικά με τις αξίες, η οποία προωθεί τον καταμερισμό των θεμελιωδών αξιών, όπως η ανοχή, η υπευθυνότητα, ο σεβασμός, η ισότιμη αξιοπρέπεια των φύλων, και δημιουργεί δυνατότητες

προβληματισμού και συζήτησης για αμφιλεγόμενες αξίες σχετικά με τη συμπεριφορά και τις σεξουαλικές επιλογές, μέσα σε ένα πλαίσιο που επιβεβαιώνει τον σεβασμό της διαφορετικότητας. Αυτή η προσέγγιση στοχεύει στην αύξηση των κριτικών δεξιοτήτων και της αυτογνωσίας, αντανακλώντας τα εγγενή προβλήματα της σεξουαλικότητας και τον σεβασμό του τρόπου ζωής και των σεξουαλικών αξιών, εκτός από τις δικές του.

- Χρήση τεχνικών ενεργοποίησης και εμπειρίας, ικανών να ενεργοποιήσουν τη γνωστική, την συναισθηματική και την σχεσιακή συμμετοχή στην ομάδα. Πρώτα απ' όλα, να προσδιορίσουμε τις προσδοκίες και τις ανάγκες και κατά συνέπεια να είμαστε σε θέση να προτείνουμε δραστηριότητες που ανταποκρίνονται στα ενδιαφέροντα και τις προσδοκίες.

Οι ανεπαρκείς τρόποι της ανεπαρκούς σεξουαλικής εκπαίδευσης είναι:

- Η προσέγγιση της σεξουαλικότητας που περιορίζεται στις σεξουαλικές σχέσεις, η οποία μεταδίδει το μήνυμα ότι η σεξουαλικότητα συμπίπτει αποκλειστικά με το σεξ.
- Παρέμβαση που αποσκοπεί στη μετάδοση πληροφοριών, με σκοπό την εξαντλητική σεξουαλική πληροφόρηση.
- Μια αποκλειστικά προληπτική προσέγγιση, η οποία επικεντρώνεται στους κινδύνους και την πιθανή βλάβη των σεξουαλικών σχέσεων, η οποία εκφράζει μια αρνητική άποψη της σεξουαλικότητας, όπου θεωρείται επικίνδυνη και παρακινδυνευμένη. Κατά συνέπεια, η επιλογή θεμάτων που πρέπει να αντιμετωπιστούν αφορά αποκλειστικά προληπτικό περιεχόμενο, όπως η πρόληψη ανεπιθύμητων κυήσεων, η άμβλωση, οι σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες, οι σεξουαλικές και ψυχο-σεξουαλικές παθολογίες και η σεξουαλική βία.
- Αδιαφορία για το πλαίσιο αξίας στο οποίο αναπτύσσεται η σεξουαλικότητα.

Προσφυγή σε διαλέξεις, με παιδαγωγική αναφορά σε μια αντίληψη της παθητικής μάθησης για την οποία ο στόχος είναι η παροχή πληροφοριών μετά από έναν αυστηρό σχεδιασμό των θεμάτων. Προτείνονται τα περιεχόμενα με αποκλειστικά διδακτικό τρόπο, χωρίς να λαμβάνονται υπόψη οι εμπειρίες και οι προσδοκίες των συμμετεχόντων, χωρίς να ζητείται η συμμετοχή και η διαδραστική ανταλλαγή ως εργαλείο για τη δημιουργία σημαντικής σχέσης μεταξύ των συμμετεχόντων, και μεταξύ των συμμετεχόντων με τους καθοδηγητές.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

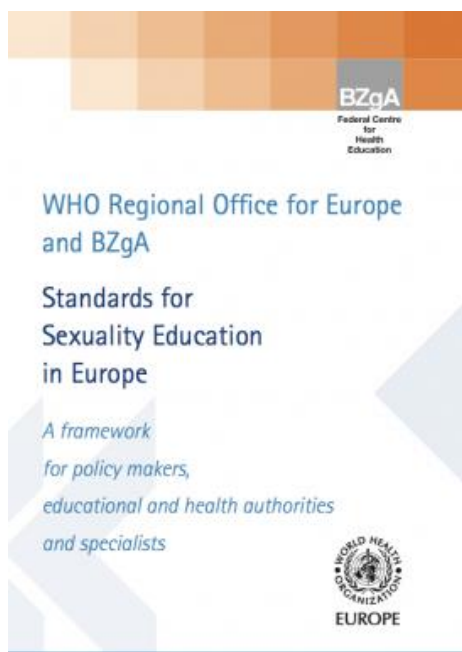
- Οδηγίες σεξουαλικής εκπαίδευσης
- Στόχοι και μέθοδοι σεξουαλικής εκπαίδευσης.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. Σχεδιασμός σεξουαλικής εκπαιδευτικής παρέμβασης για άτομα με αναπηρίες



*Ποιος είναι ο στόχος του σχεδιασμού παρέμβασης σεξουαλικής εκπαίδευσης σε άτομα με αναπηρίες;
Γράψτε τον δικό σας ορισμό πριν προχωρήσετε στην ανάγνωση.*

Κατά το σχεδιασμό μιας παρέμβασης σεξουαλικής εκπαίδευσης που απευθύνεται σε άτομα με αναπηρίες, πρέπει πρώτα να προσδιοριστούν τα γενικά θέματα που θα προταθούν, χρησιμοποιώντας τα Πρότυπα σεξουαλικής εκπαίδευσης στην Ευρώπη που δημοσιεύτηκαν το 2010 από το περιφερειακό γραφείο του ΠΟΥ για την Ευρώπη και το Ομοσπονδιακό Κέντρο Εκπαίδευσης Υγείας (BzgA). Αυτή η πηγή, που καταρτίστηκε με τη μορφή ενός εγγράφου συναίνεσης από μια ομάδα διεθνών εμπειρογνομόνων που εκπροσωπούν διαφορετικούς τομείς, απαριθμεί τα απαραίτητα θέματα της σεξουαλικής εκπαίδευσης, που θα χρησιμοποιηθούν ως κατευθυντήριες γραμμές σε οποιαδήποτε παρέμβαση σεξουαλικής εκπαίδευσης και θα εμβαθύνει ανάλογα με τα επίπεδα ηλικίας .



Τα γενικά θέματα, τα οποία θα περιληφθούν αργότερα στις πληροφορίες, στις δεξιότητες και στις στάσεις για τα διάφορα στάδια της ανάπτυξης, είναι: το ανθρώπινο σώμα και η ανάπτυξη, η γονιμότητα και η αναπαραγωγικότητα, η σεξουαλικότητα, τα συναισθήματα, οι σχέσεις και ο τρόπος ζωής, η υγεία και η ευημερία, σεξουαλικότητα και δικαιώματα, οι κοινωνικές και πολιτιστικές επιρροές στη σεξουαλικότητα.

Στην περίπτωση ενός προγράμματος που έχει σχεδιαστεί για ενήλικες με αναπηρίες, η διατύπωση των γενικών θεμάτων σε συγκεκριμένα περιεχόμενα δεν θα πρέπει να προσαρμοστεί στη φάση ανάπτυξης, αλλά θα πρέπει να λάβει υπόψη τον τύπο της αναπηρίας

και τις κριτικές που μπορεί να έχουν συμβεί κατά τη διάρκεια της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης. Επιπλέον, δεδομένου ότι θα μπορούσε να είναι το πρώτο βήμα για τη σεξουαλική εκπαίδευση, η επιλογή των πληροφοριών πρέπει να στοχεύει στη δημιουργία των απαραίτητων προϋποθέσεων για τη γνώση των διαφορετικών διαστάσεων της σεξουαλικότητας.

Τα συγκεκριμένα περιεχόμενα που σχετίζονται με τα γενικά θέματα τα οποία πρέπει να αντιμετωπιστούν σε μια παρέμβαση σεξουαλικής εκπαίδευσης είναι:

ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΣΩΜΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ:

- γνώση του σώματος, της εικόνας του σώματος και των αλλαγών του σώματος.
- μηνύματα σχετικά με την ομορφιά στα μέσα ενημέρωσης, το σώμα αλλάζει κατά τη διάρκεια της ζωής.

ΓΟΝΙΜΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗ:

- εγκυμοσύνη (ακόμη και σε ομοφυλοφιλικές σχέσεις) και υπογονιμότητα, άμβλωση, αντισύλληψη, χάπι αντισύλληψης.
- Αποτυχία αντισύλληψης και αιτίες (κατανάλωση αλκοόλ, παρενέργειες, παράλειψη, ανισότητα φύλων, κ.λπ).
- οικογενειακός προγραμματισμός και καριέρα / μελλοντική προσωπική ζωή.
- συνέπειες της εγκυμοσύνης για νέους εφήβους (γυναίκες και άνδρες).

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ:

- η πρώτη σεξουαλική εμπειρία.
- αγάπη, το να είσαι ερωτευμένος/η.
- ευχαρίστηση, αυνανισμός, οργασμός.
- βιολογικό φύλο, ρόλος φύλου, ταυτότητα φύλου, σεξουαλικός προσανατολισμός.
- σεξ ως συναλλαγή (πορνεία, αλλά και σεξ με ανταλλαγή μικρών δώρων, προσκλήσεις για μεσημεριανό/βραδινό, μικρά χρηματικά ποσά), πορνογραφία, σεξουαλικός εθισμός.

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΡΕΣΚΕΙΕΣ:

- τα διαφορετικά συναισθήματα, όπως η περιέργεια, η αγάπη, η αναποφασιστικότητα, η ανασφάλεια, η ντροπή, ο φόβος και η ζήλια.
- ατομικές διαφορές στην ανάγκη οικειότητας και ιδιωτικότητας
- η διαφορά μεταξύ φιλίας, αγάπης και επιθυμίας / σεξουαλικής έλξης.
- φιλία και αγάπη προς τα άτομα του ίδιου φύλου.

ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ:

- διαφορές μεταξύ φιλίας, συντροφικότητας και σχέσεων ζευγαριών, διαφορετικές μορφές σχέσεων ζευγαριών.
- πώς να δημιουργήσετε και να διατηρήσετε τις σχέσεις.

ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ:

- εάν η εμπειρία/η αίσθηση δεν είναι καλή, δεν πρέπει να γίνεται συγκατάβαση.
- βία και σεξουαλική επιθετικότητα.
- συμπτώματα, κίνδυνοι και συνέπειες μη προστατευμένων, δυσάρεστων και ανεπιθύμητων σεξουαλικών εμπειριών (ΣΜΝ), HIV, ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, επιπτώσεις.

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ:

- τα δικαιώματά τους (συμπεριλαμβανομένου του δικαιώματος στην ενημέρωση και του δικαιώματος στην προστασία).
- δικαίωμα έκφρασης.
- σεξουαλικά δικαιώματα παιδιών (πληροφόρηση, σεξουαλική αγωγή, φυσική ακεραιότητα).

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ (ΑΞΙΕΣ / ΠΡΟΤΥΠΑ):

- κοινωνικά και πολιτιστικά πρότυπα / αξίες.
- ρόλοι φύλου.
- κοινωνική απόσταση που πρέπει να διατηρείτε με διαφορετικούς ανθρώπους.

Στη φάση του σχεδιασμού, σε σχέση με το κάθε θέμα, πρέπει να προσδιοριστούν οι ικανότητες που προορίζονται να προωθηθούν, δηλαδή η ικανότητα εφαρμογής ορισμένων συμπεριφορών. Επίσης, σε αυτήν την περίπτωση, ο σχεδιασμός δεν πρέπει να ξεκινά από την ηλικιακή ομάδα αλλά πρέπει να αντικατοπτρίζει τις ικανότητες που θίγονται από τα εμπόδια που προκύπτουν από την εμπειρία ορισμένων αναπηριών ή από τις δυσκολίες εννοιολογικής ανάπτυξης που συχνά οφείλονται στη νοητική αναπηρία.

Οι προσδοκώμενες ικανότητες για κάθε θέμα:

ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΣΩΜΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ:

- αναγνώριση των διαφορών μεταξύ των εικόνων από τα μέσα ενημέρωσης και της πραγματικής ζωής.

ΓΟΝΙΜΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗ:

- λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων σχετικά με την αντισύλληψη και τις (ανεπιθύμητες) εγκυμοσύνες.

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ:

- επικοινωνία και κατανόηση διαφορετικών σεξουαλικών συναισθημάτων και κατάλληλος τρόπος ομιλίας σχετικά με την σεξουαλικότητα.
- λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων σχετικά με την απόκτηση σεξουαλικών εμπειριών.
- απόρριψη ανεπιθύμητων σεξουαλικών εμπειριών.
- διαχωρισμός μεταξύ σεξουαλικότητας στην «πραγματική ζωή» και της σεξουαλικότητας στα μέσα ενημέρωσης.
- χρήση σύγχρονων μέσων (κινητό τηλέφωνο, διαδίκτυο) και επίγνωση για τους κινδύνους και τα οφέλη.

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΡΕΣΚΕΙΕΣ:

- έκφραση και αναγνώριση των διάφορων συναισθημάτων για εσάς και σε άλλους.
- έκφραση αναγκών, επιθυμιών και ορίων, και σεβασμός των εκφράσεων αυτών προς τους υπόλοιπους.
- διαχείριση των απογοητεύσεων.
- έκφραση φιλίας και αγάπης με διαφορετικούς τρόπους.

ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ:

- έκφραση φιλίας και αγάπης με διαφορετικούς τρόπους.
- ύπαρξη κοινωνικών επαφών, νέες φιλίες, δημιουργία και διατήρηση σχέσεων.
- επικοινωνία των προσδοκιών και των αναγκών τους στο πλαίσιο των σχέσεων.

ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ:

- εμπιστοσύνη στα ένστικτα σας και εφαρμογή του μοντέλου των τριών βημάτων (πείτε όχι, φύγετε, μιλήστε με ένα αξιόπιστο άτομο).
- λήψη υπεύθυνων αποφάσεων και λήψη τεκμηριωμένων επιλογών (σχετικά με τη σεξουαλική συμπεριφορά).
- ζητήστε βοήθεια και υποστήριξη σε περίπτωση προβλημάτων.
- άρνηση ή διακοπή δυσάρεστων ή απροστάτευτων σεξουαλικών επαφών.
- απόκτηση και ορθή χρήση προφυλακτικών και αντισυλληπτικών.

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ:

- κάντε ερωτήσεις.
- επικοινωνία με ένα αξιόπιστο άτομο σε περίπτωση προβλημάτων.
- έκφραση αναγκών και επιθυμιών.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ (ΑΞΙΕΣ / ΠΡΟΤΥΠΑ):

- διαχωρισμός μεταξύ ιδιωτικής και δημόσιας συμπεριφοράς.
- σεβασμός προς τα κοινωνικά και πολιτιστικά πρότυπα.
- κατάλληλη συμπεριφορά ανάλογα με το περιβάλλον.

Τέλος, ο σχεδιασμός πρέπει να περιγράφει τις επιθυμητές συμπεριφορές, δηλαδή το σύνολο των απόψεων, των αξιών και των αρχών που διέπουν μια συμπεριφορά. Ενώ οι ικανότητες αφορούν πτυχές της συμπεριφοράς, οι στάσεις αφορούν το πλαίσιο αξίας που καθοδηγεί τη συμπεριφορά. Επίσης, σε αυτήν την περίπτωση θα πρέπει να ληφθεί υπόψη ότι οι συμπεριφορές πρέπει να είναι σύμφωνες με την ενήλικη ζωή, αλλά πρέπει να μετρηθεί με την μειωμένη γνωστική ικανότητα που προκύπτει από τη γνωστική αναπηρία και τη δυσκολία που μπορεί να διαπιστωθεί σε τέτοιες περιπτώσεις, όσον αφορά την συνειδητοποίηση.

Οι στάσεις που προτείνονται για κάθε θέμα:

ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΣΩΜΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ:

- αποδοχή και εκτίμηση για τα διαφορετικά χαρακτηριστικά του σώματος.

ΓΟΝΙΜΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗ:

- αποδοχή της διαφορετικότητας – ορισμένοι επιλέγουν να έχουν παιδιά και άλλοι επιλέγουν να μην έχουν.

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ:

- αποδοχή, σεβασμός και κατανόηση των διαφορών στη σεξουαλικότητα και τον σεξουαλικό προσανατολισμό (το σεξ πρέπει να είναι αμοιβαία συναινετικό, εθελοντικό, ίσο, κατάλληλο για την ηλικία και το περιεχόμενο, χαρακτηριζόμενο με αυτοσεβασμό).
- αποδοχή των διαφορετικών εκφράσεων της σεξουαλικότητας (φιλή, άγγιγμα, χάδι κ.λπ.).
- ευαισθητοποίηση ότι ο καθένας έχει τους δικούς του ρυθμούς στη σεξουαλική ανάπτυξη.

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΡΕΣΚΕΙΕΣ:

- κατανόηση συναισθημάτων και αξιών (π.χ. να μην ντρέπεστε ή να αισθάνεστε ένοχοι για σεξουαλικά συναισθήματα ή επιθυμίες).
- σεβασμός της ιδιωτικής ζωής των άλλων.

ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ:

- θετική στάση απέναντι στην ισότητα των φύλων στις σχέσεις και στην ελεύθερη επιλογή του συντρόφου.
- πεποίθηση ότι η δέσμευση, η ευθύνη και η ειλικρίνεια είναι η βάση των σχέσεων.
- σεβασμός για τους άλλους.
- ευαισθητοποίηση για το φύλο, την ηλικία, τη θρησκεία, τον πολιτισμό κ.λπ. στις σχέσεις.

ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ:

- αίσθημα ευθύνης όσον αφορά την πρόληψη των σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών.
- αίσθημα ευθύνης σχετικά με την πρόληψη ανεπιθύμητων κυήσεων.
- αίσθημα ευθύνης σχετικά με την πρόληψη σεξουαλικών κακοποιήσεων.

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ:

- αίσθημα ευθύνης απέναντι στον εαυτό του και στους άλλους.
- ευαισθητοποίηση για τα δικαιώματα και τις επιλογές.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ (ΑΞΙΕΣ / ΠΡΟΤΥΠΑ):

- σεβασμός προς το σώμα σας και στο σώμα των άλλων.
- αποδοχή των κοινωνικών πρότυπων για την ιδιωτικότητα και την οικειότητα.
- σεβασμός προς τα "όχι" και "ναι" από τους άλλους.



Εργάζεστε στην κοινότητα και δουλεύετε στην νυχτερινή βάρδια. Αφού ολοκληρώσετε την επιδιόρθωση της κουζίνας, πηγαίνετε στο σαλόνι και βρίσκει κάποιον να αυνανίζεται μπροστά από την τηλεόραση. Τι κάνετε για αυτό;

Τα άτομα με αναπηρίες χρειάζονται εκπαίδευση σχετικά με την σεξουαλικότητα, και η πρώτη σεξουαλική εκπαίδευση ξεκινά από τη γνώση του σώματός του ατόμου. Η σεξουαλικότητα είναι μια εκπαιδευτική ανάγκη, η οποία απαιτεί εκπαιδευτική παρέμβαση, και πρέπει να εξεταστεί ισοδύναμα με τους τομείς ανάπτυξης να αποτελούν το αντικείμενο παιδαγωγικής προσοχής.

Η ενσωμάτωση της σεξουαλικότητας στα εκπαιδευτικά προγράμματα είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την πραγματική της επιβεβαίωση ως δικαίωμα και

επιδίωξη για να επιτύχει τους πραγματικούς στόχους της ανθρώπινης ανάπτυξης και προώθησης.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Θέματα της σεξουαλικής εκπαίδευσης.
- Ειδικό περιεχόμενο παρέμβασης μιας σεξουαλικής εκπαίδευσης.
- Δεξιότητες και συμπεριφορές που προορίζονται να προωθηθούν μέσω μιας σεξουαλικής εκπαίδευσης.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 3. Κρίσιμες πτυχές στην ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη ενός ατόμου με αναπηρίες

Η σεξουαλικότητα δεν είναι ποτέ μια ειδική ανάγκη, αλλά αποτελεί ένα στοιχείο προς την πορεία ανάπτυξης και αποτελεί μια διάσταση της ανάπτυξης που αυξάνει την δυναμική της εσωτερικής ζωής. Η σεξουαλικότητα είναι μια καθημερινή και φυσική πραγματικότητα, και θα πρέπει να θεωρείται ως "φυσιολογική" εκπαιδευτική ανάγκη ώστε να αναγνωρίζεται και να επιβεβαιώνεται η νομιμότητα του δικαιώματος στην σεξουαλικότητα.

Η σεξουαλικότητα είναι ένα ισχυρό μέσο για εσωτερική οργάνωση και ανάπτυξη για όλους, και δεν ξεσπά ως ένα ανώμαλο και προβληματικό γεγονός στη ζωή ενός ατόμου με αναπηρίες.

Ο κίνδυνος πως η σεξουαλικότητα ενός ατόμου με αναπηρίες μπορεί να διοχετευτεί σε μια προβληματική πορεία δεν οφείλεται στην αναπηρία, αλλά σε μεταβλητές και συνθήκες που δεν επέτρεψαν στο άτομο να έχει μια φυσιολογική πορεία ανάπτυξης.

Το θέμα της σεξουαλικότητας δεν μπορεί να προσεγγιστεί βάσει μιας γενικής έννοιας της αναπηρίας, αλλά βάση των ιδιαιτεροτήτων των ατομικών αναπηριών. Οι δυσκολίες που μπορεί να παρουσιαστούν προς την πορεία της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης, μπορεί να είναι πολύ διαφορετικές ανάλογα με τον τύπο της αναπηρίας (νοητική, σωματική ή αισθητηριακή) και την αιτία της (εκ γενετής ή επίκτητη). Για αυτό το λόγο, η αντιμετώπιση των θεμάτων σεξουαλικότητας και αναπηρίας χωρίς να πραγματοποιούνται διακρίσεις, κινδυνεύει να οδηγήσει στην απόδοση ζητημάτων που δεν σχετίζονται ή δεν αντιμετωπίζονται ως τέτοια από άτομα με αναπηρία.

Οι προβληματισμοί σχετικά με την άσκηση της σεξουαλικότητας στη νοητική αναπηρία έχουν αναπτυχθεί παράλληλα με την συζήτηση της ανάληψης ευθύνης: η νοητική αναπηρία απαιτεί τη λήψη αποφάσεων για το άλλο άτομο και στον τομέα της σεξουαλικότητας. Το αίτημα-επιθυμία-ένστικτο των ατόμων με νοητική αναπηρία να βιώσουν τη σεξουαλικότητα δημιουργεί φόβους που σχετίζονται με την προκατάληψη, τη δυσκολία αναγνώρισης της σεξουαλικής ενέργειας στα άτομα αυτά, την ηθική, την ηθική-πολιτιστική, και την πολιτική αντίσταση. Αντιμέτωποι με τη νοητική αναπηρία, οι απαντήσεις είναι συχνά κατασταλτικές και το αποτέλεσμα είναι η διάκριση των ατόμων με νοητικές αναπηρίες όσον αφορά τη δυνατότητα τους να βιώσουν σχέσεις οικειότητας, να είναι ενεργοί σεξουαλικά, να παντρευτούν και να αναθρέψουν παιδιά.

Οι σωματικές αναπηρίες μπορούν να δημιουργήσουν προβλήματα σχεσιακής και κινητικής φύσης κατά την άσκηση της σεξουαλικότητας, δημιουργώντας δυσκολίες στη δράση της σεξουαλικότητας. Όταν η σωματική αναπηρία αποκτάται μεταγενέστερα, το άτομο το οποίο έρχεται αντιμέτωπο με την σεξουαλικότητα του, πρέπει πρώτα να πενήσει το μέρος του σώματος όπου αποκτήθηκε η αναπηρία και να επανεξετάσει το ίδιο του το σώμα.

Οι αισθητηριακές αναπηρίες δεν περιλαμβάνουν προβλήματα στην άσκηση της σεξουαλικότητας και στη φυσιολογία της σχέσης. Το πρόβλημα μπορεί να είναι

σχεσιακού τύπου τόσο στην οπτική όσο και στην ακουστική αναπηρία. Τα άτομα με τύφλωση μπορούν να έχουν περιορισμούς στην αυτονομία εάν συνοδεύονται πάντα από ένα συνοδό, άρα περιορίζονται και οι συναισθηματικές τους σχέσεις. Όσον αφορά τα άτομα με κώφωση, η διάσταση των σχέσεων μπορεί να παρεμποδίζεται από δυσκολίες στην επικοινωνία και η απόκτηση συνειδητής σεξουαλικότητας μπορεί να παρεμποδίζεται από εμπόδια επικοινωνίας που δεν επιτρέπουν την άμεση πρόσβαση στις πληροφορίες σεξουαλικής εκπαίδευσης οι οποίες είναι απαραίτητες για την αυτονομία.

Η σεξουαλικότητα προχωρά παράλληλα με τον σχηματισμό της ταυτότητας και μπορεί να προκύψουν κρίσιμα ζητήματα που περιλαμβάνουν τόσο τον σχηματισμό της ταυτότητας όσο και την ανάπτυξη της σεξουαλικότητας και ακόμη πιο συγκεκριμένα τη σεξουαλική ταυτότητα, που δεν αποδίδεται άμεσα στην αναπηρία αλλά μάλλον σε περιβαλλοντικούς παράγοντες.



shutterstock.com • 736146328

Οι κρίσιμες πτυχές που μπορούν να εμποδίσουν την ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη του ατόμου με αναπηρίες:

▪ **Η εικόνα του εαυτού μας.**

Η οικοδόμηση της ταυτότητας απαιτεί την αλληλεπίδραση και την αποκατάσταση από άλλους για την δική μας εικόνα.

Η εικόνα του εαυτού μας διαμορφώνεται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής μας, σε μια προσπάθεια να απαντήσουμε στο ερώτημα που τίθεται σε κάθε σχέση: "Ποιος είμαι;" Η απάντηση βασίζεται στην διαμόρφωση του οράματος που έχει το άτομο για τον εαυτό του καθώς και του οράματος που έχουν οι άλλοι για αυτόν. Εάν η εικόνα του εαυτού μας είναι αβέβαιη ή αντιφατική, τα μηνύματα διάψευσης μπορούν να επηρεάσουν την σύσταση της ταυτότητας.

Για μια ήρεμη ανάπτυξη, η ανταπόκριση η οποία προέρχεται από άλλους πρέπει να παρουσιάζει συνοχή με αυτή που δίνει το άτομο για τον εαυτό του, αλλά μπορεί να υπάρχουν αντιφάσεις μεταξύ των δύο απαντήσεων, που πυροδοτούν μια σύγκρουση μεταξύ του ποιος αισθάνεται το άτομο ότι είναι και πως θα ήθελε να είναι, και μεταξύ του ποιος αισθάνεται το άτομο ότι είναι και ποιος λέει ότι είναι. Σε αυτές τις περιπτώσεις μιλάμε ότι κύριο χαρακτηριστικό είναι ο εγωισμός και αυτή η κατάσταση είναι πολύ συχνή στην αναπηρία όπου το βλέμμα κάποιου άλλου ή άλλων αναγκάζει το άτομο με αναπηρία να πρέπει να αντιμετωπίσει την υποτίμηση του εαυτού του ή αισθήματα οίκτου ή συμπόνιας.

Η εικόνα του εαυτού μας πρέπει επίσης να έρχεται αντιμέτωπη με εικόνες τελειότητας και συμπεριφορών από το εξωτερικό όπως μοντέλα αισθητικής και λειτουργικής τελειότητας, και ανέφικτα και απογοητευτικά μοντέλα.

▪ Πειραματισμός απόλαυσης.

Το παιδί μεγαλώνει νοητικά και συναισθηματικά, και μέσω της ενεργοποίησης των νευρωνικών κυκλωμάτων ξεκινά ο πειραματισμός των αισθητηριακών ερεθισμάτων όπου δημιουργούνται σύνθετες εικόνες που σχετίζονται με τα συναισθήματα. Εάν το ερέθισμα είναι ευχάριστο, το παιδί επεξεργάζεται τις θετικές εικόνες του άλλου και του εαυτού του, θεωρώντας το σώμα του ως ελεύθερο, ασφαλές και αξιόπιστο. Εάν το ερέθισμα είναι δυσάρεστο, το παιδί επεξεργάζεται τις αρνητικές εικόνες του εαυτού του, βιώνοντας το σώμα του με φόβο και ντροπή.

Η γνωστική ανάπτυξη δεν διαχωρίζεται από την ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη και οι εμπειρίες απόλαυσης υποστηρίζουν μια διαδικασία αναγνώρισης. Τα αισθητηριακά ερεθίσματα ενεργοποιούν τα νευρωνικά κυκλώματα που καθοδηγούν τις διαδικασίες αναγνώρισης.

Βιώνοντας την αρχή της απόλαυσης ενεργοποιούνται τα γνωστικά και τα σχεσιακά πρότυπα και τα πρότυπα ταυτότητας. Η απόλαυση είναι ένας ισχυρός οργανωτής της γνώσης, της σχέσης και της εικόνας του ατόμου.

Ο σωματικός πόνος που προκαλείται από κάποιες αναπηρίες, υπόκειται στην ανεπιθύμητη σωματική χειραγώγηση, στην έλλειψη ελέγχου των γεγονότων και του ίδιου του σώματος του ατόμου, στην μειωμένη εξερεύνηση του χώρου και στον επίπονο πειραματισμό του ατόμου που προκαλείται για παράδειγμα από τις αισθητηριακές αναπηρίες, την αίσθηση ή την συνειδητοποίηση της εξάρτησης από άλλους. Όλες αυτές οι πτυχές ή ορισμένες από αυτές μπορούν να οδηγήσουν το άτομο με αναπηρίες σε μια συνεχή αναθεώρηση της εικόνας του εαυτού του και σε μια προσπάθεια διαπραγμάτευσης με τα όρια που έχει βιώσει. Σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορεί να υπάρχει διαχωρισμός μεταξύ μυαλού και σώματος λόγω της αντίληψης του σώματος ως εχθρού, επειδή οι θεραπείες και οι χειρισμοί στους οποίους υπόκειται δεν αποτελούν ευχάριστα ερεθίσματα αλλά μεταφέρουν συναισθήματα ντροπής και φόβου.

▪ Ο ρόλος των συνομιλικών και τελετουργίες μύησης.

Συχνά το δίκτυο σχέσεων απλοποιείται ή υποβαθμίζεται σε περιπτώσεις νοητικής αναπηρίας. Η ομάδα των ομότιμων ταυτίζεται μερικές φορές με την ομάδα των κοινωνικών υπηρεσιών και των υπηρεσιών αποκατάστασης που παρευρέθηκαν.

Ειδικά κατά τη διάρκεια της εφηβείας, η έλλειψη μιας ομάδας για να ταυτιστείτε και μέσω αυτής να αποστασιοποιηθείτε από τον κόσμο της παιδικής ηλικίας και τον κόσμο των ενηλίκων, τροφοδοτεί μια δύσκολη προσέγγιση προς την σεξουαλικότητα. Δεν υπάρχει άμεση κοινωνικοποίηση στη σεξουαλικότητα, καθώς οι ευκαιρίες για περιστασιακή μάθηση μειώνονται σε σχέση με ζητήματα που αφορούν τη σεξουαλικότητα, είναι δύσκολο να ανταλλάσσονται πληροφορίες με ίσους όρους, δεν

υπάρχει σύγκριση με τις σωματικές, συναισθηματικές, ψυχολογικές και σχεσιακές πτυχές της αργής και επίπονης μετάβασης προς την ενηλικίωση.

Η δημιουργία ενός συμβολικού φανταστικού συνδέσμου μεταξύ της σεξουαλικότητας και της απόδοσης του νοήματος σε αυτή παραμένει μια απόμερη λειτουργία, η οποία δεν υποστηρίζεται από την κοινοποίηση των συναισθημάτων με ομότιμους.

Η έλλειψη ομάδων παρόμοιας ηλικίας θέτει σε κίνδυνο τον πειραματισμό των τελετουργιών μύησης, ειδικά για ένα άτομο με νοητική αναπηρία, το οποίο συχνά αποκλείεται. Από υλικής άποψης, κάνει κάποιες αλλαγές στο πλαίσιο, αλλά χωρίς τη συναισθηματική χροιά που εντυπώνεται από την ανταλλαγή απόψεων μεταξύ ίσων.

▪ **Κίνδυνοι «μη-ενηλικίωσης».**

Συχνά τα μηνύματα που αφορούν τη συναισθηματική, σχεσιακή και σεξουαλική σφαίρα του ατόμου με αναπηρίες δεν λαμβάνουν υπόψη την ενήλικη και σεξουαλική του φύση: τα άτομα προφανώς δεν είναι πια παιδιά αλλά καλούνται να παραμείνουν στον παιδική ρόλο, σαν να μην πληρούν τις απαιτήσεις για είσοδο στον κόσμο των ενηλίκων. Πάνε σε προστατευμένους και ασφαλείς χώρους, ελεγχόμενους και εποπτευόμενους από γονείς ή φορείς, βιώνοντας τις εμπειρίες που κρίνονται καταλληλότερες για αυτούς από άλλους.

Σε αυτό το πλαίσιο, συνήθως η σεξουαλικότητα του ατόμου με αναπηρίες λαμβάνεται υπόψη μόνο όταν συνδέεται με επεισόδια προβληματικής φύσης και όχι ως διάσταση υγιούς και θετικής ανάπτυξης.

Η εκπαιδευτική στάση εκείνων που δεν αναγνωρίζουν το άτομο ως ενήλικα και σεξουαλικά ενεργό, κινδυνεύει να γίνει αντιφατική: ο στόχος της μέγιστης αυτονομίας που επιδιώκεται σε όλα τα εκπαιδευτικά προγράμματα δεν εφαρμόζεται στον τομέα της σεξουαλικότητας, στον οποίο η αρχή της ελάχιστης αυτονομίας φαίνεται να ισχύει, εμποδίζοντας την δυνατότητα αυτοδιάθεσης στον συγκεκριμένο χώρο της σεξουαλικότητας. Οι εκπαιδευτικές παρεμβάσεις στον τομέα της σεξουαλικότητας τείνουν να βασίζονται σε κατασταλτικές μεθόδους, ενώ σε όλους τους άλλους τομείς επιβεβαιώθηκαν μεθοδολογίες που στοχεύουν στην έκφραση των δεξιοτήτων. Τα εκπαιδευτικά προγράμματα επιλέγουν να αποκλείσουν μια «υγιή» διάσταση, αυτή της σεξουαλικότητας, και επιλέγουν να επικεντρωθούν σε τομείς ανάπτυξης και μάθησης στους οποίους οι επιδιωκόμενοι στόχοι μπορούν να προκαλέσουν μεγάλη απογοήτευση.

▪ **Αντίληψη της εξάρτησης.**

Συχνά η εικόνα που επιστρέφεται από άλλους περιέχει μηνύματα εξάρτησης: δεν μπορείτε να είστε αυτόνομοι, χρειάζεστε κάποιον για να σας φροντίσει, είστε καλοί αν ακολουθήσετε τις οδηγίες των ενηλίκων για το τι είναι καλύτερο για εσάς.

Η αντίληψη της ψυχο-σωματικής εξάρτησης εμποδίζει την τυπική επανάσταση του εφήβου, ο οποίος αντιθέτως θέλει να επιβεβαιώσει την απόλυτη αυτονομία του για να δώσει ένα τέλος στη φροντίδα που λάμβανε κατά την παιδική ηλικία και επιθυμεί να

αποδείξει την αυτονομία του ώστε να απελευθερωθεί από αυτή τη φάση της ζωής στην οποία δεν είναι σε θέση να αυτοπροσδιοριστεί.

Στην εφηβεία, η ανάπτυξη της αφηρημένης σκέψης απαιτεί το συλλογισμό της ποικιλομορφίας που υπάρχει και δίνεται νόημα σε οποιοδήποτε από τα όρια που επιβάλλονται από την αναπηρία. Η αντίληψη της διαφορετικότητας σε σχέση με τους ομότιμους μπορεί να αναπτύξει μια αίσθηση ανεπάρκειας σε σχέση με τη σεξουαλικότητα, καθώς οι συναισθηματικές και οι σεξουαλικές σχέσεις μπορούν να θεωρηθούν ως ανέφικτες και απροσπέλαστες εμπειρίες.

▪ Επεξεργασία συναισθηματικών κωδικών.

Οι συναισθηματικοί κώδικες είναι γνωστικές διεργασίες και συμβολικές δομές με τις οποίες επικοινωνούμε τα συναισθήματά μας, μετατρέποντας τα σε αγάπη ή αισθήματα και εφαρμόζοντας τα με τρόπους αγάπης ή στοργικής αγάπης (A. Maggiolini).

Τα άτομα με νοητική αναπηρία έχουν δυσκολία στην συμβολική επεξεργασία διαφορετικών συναισθηματικών κωδικών και ως εκ τούτου δυσκολία στην ικανότητα να επηρεάζουν την αποκωδικοποίηση των σχέσεων και να κάνουν διακρίσεις μεταξύ συναισθημάτων και επιδράσεων.

Οι συναισθηματικοί κώδικες είναι: Διακλαδικοί, Αδελφικοί, Γονικοί, Συζυγικοί, Πατρικοί, Μητρικοί.

Ο συζυγικός συναισθηματικός κώδικας είναι ο μόνος κώδικας στον οποίο υπάρχει το στοιχείο του σεξ, και εάν οι κώδικες δεν είναι σωστά αναλυμένοι, η σεξουαλικότητα είναι καταστροφική σε όλες τις εκδοχές και δεν είναι ποτέ ένα συνειδητό έργο.

Η εκπαίδευση του συναισθηματικού νου αποτελεί κεφάλαιο της σεξουαλικής εκπαίδευσης, το οποίο μπορεί να αντιμετωπιστεί με νοητικούς χάρτες (mind maps) για την επεξεργασία συναισθημάτων.

▪ Εσωτερίκευση πολιτιστικών φίλτρων.



είναι μια φυσική ανάγκη που πρέπει να ικανοποιηθεί σε πολιτισμικά αποδεκτές και καθορισμένες μορφές. Είναι ένα ένστικτο που προκειμένου να εφαρμοστεί, απαιτεί την κοινή χρήση και την απόκτηση πολιτιστικών φίλτρων.

Η άσκηση της σεξουαλικότητας για να γίνει πολιτιστικά αποδεκτή, απαιτεί τον σεβασμό ορισμένων θεμελιωδών κανόνων συμπεριφοράς όπως η κατάλληλη ηλικία, η αυτογνωσία, ο εθελοντισμός, η αμοιβαιότητα, ο σεβασμός των κανόνων αξιοπρέπειας και η ανάληψη ευθύνης για τις συνέπειες (A. Lascioli).

Μερικές φορές τα άτομα με νοητική αναπηρία δεν μπορούν να υιοθετήσουν αυτούς τους κανόνες, επειδή δεν είναι κατανοητοί και κοινοί σε όλες τις περιπτώσεις. Μπορεί να μην κατανοούν ενστικτωδώς συμπεριφορές που θεωρούνται ορθές ή λανθασμένες σύμφωνα με την κοινή λογική, γι' αυτό τον λόγο πρέπει να εξηγηθούν με τη χρήση

συγκεκριμένων παραδειγμάτων της κατάλληλης και ακατάλληλης συμπεριφοράς στο πλαίσιο της πραγματικής ζωής.

Οι επικρίσεις που πρέπει να αντιμετωπίσει ένα άτομο με αναπηρία για να συνειδητοποιήσει τη σεξουαλικότητα του και να τη διαχειριστεί, δεν πρέπει να θέσει σε κίνδυνο το δικαίωμα έκφρασης της σεξουαλικότητας.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη.
- Σεξουαλικότητα και αναπηρίες.
- Επικρίσεις που μπορεί να προκύψουν στην ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη ενός ατόμου με αναπηρία.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 4. Περιπτώσεις στις οποίες η σεξουαλικότητα αναπτύσσεται σε μια προβληματική πορεία

Όπως κάθε άλλη διάσταση της ανθρώπινης φύσης, η σεξουαλικότητα είναι ένα φυσιολογικό συστατικό της πορείας της ζωής, αλλά δεν είναι πάντα αναγνωρισμένη και αποδεκτή.



Όταν δεν υπάρχει η εκπαιδευτική προσοχή στη σεξουαλικότητα, συχνά θεωρείται περιθωριακή πτυχή της ζωής του ατόμου και υπολειμματική περιοχή στον εκπαιδευτικό σχεδιασμό, τότε η πορεία της ενηλικίωσης κινδυνεύει να αποτύχει, εξαιρουμένης της νόμιμης αναζήτησης για προσωπική ψυχοσεξουαλική ευημερία.

Για να εγγυηθούμε σε ένα άτομο με αναπηρία μια πραγματικά ποιοτική

ζωή, δεν είναι δυνατό να του αρνηθούμε τα δικαιώματα του και τις ανάγκες σε ότι αφορά την σεξουαλικότητα. Για την ανάπτυξη ενός ατόμου, σημαντικό ρόλο διαδραματίζει η αναγνώριση των δικαιωμάτων του, όπου δεν πρέπει μόνο να επιβεβαιώνονται σε επίπεδο αξίας, αλλά να διασφαλίζονται μέσω πολιτιστικών, κοινωνικών, νομοθετικών και παιδαγωγικών συσκευών.

Για να διασφαλιστεί το δικαίωμα στη σεξουαλικότητα, πρέπει να θεωρείται κεφάλαιο εκπαίδευσης: η σεξουαλικότητα πρέπει να εκπαιδεύεται καθώς η ίδια η σεξουαλικότητα δεν αποτελεί πρόβλημα αλλά γίνεται πρόβλημα εάν δεν υπάρχει εκπαίδευση.

Αντιφάσεις που μπορούν να ανιχνευθούν στην εκπαιδευτική στάση σε σχέση με τον τομέα της σεξουαλικότητας: ο στόχος της μέγιστης αυτονομίας που επιδιώκεται σε όλα

τα εκπαιδευτικά προγράμματα δεν εφαρμόζεται στη σφαίρα της σεξουαλικότητας, στην οποία φαίνεται να ισχύει η αρχή της ελάχιστης απαραίτητης αυτονομίας φαίνεται να είναι έγκυρη, παρεμποδίζοντας τη

δυνατότητα αυτοδιάθεσης στον συγκεκριμένο χώρο της σεξουαλικότητας. Οι εκπαιδευτικές παρεμβάσεις στον τομέα της σεξουαλικότητας τείνουν να βασίζονται σε κατασταλτικές μεθόδους, ενώ σε όλους τους άλλους τομείς επιβεβαιώθηκαν μεθοδολογίες που στοχεύουν στην έκφραση δεξιοτήτων. Τα εκπαιδευτικά προγράμματα επιλέγουν να αποκλείσουν μια «υγιή» διάσταση, αυτή της

σεξουαλικότητας, να επικεντρωθούν σε τομείς ανάπτυξης και μάθησης στους οποίους οι επιδιωκόμενοι στόχοι μπορούν να δημιουργήσουν μεγάλη απογοήτευση (G. Viti).

Η ανάγκη και το δικαίωμα στη σεξουαλικότητα εκφράζεται στα κοινωνικά και οικογενειακά πλαίσια εμπειρίας της ζωής του καθενός. Συχνά στο πλαίσιο της ζωής ενός ατόμου με αναπηρία, η σεξουαλικότητα βιώνεται ως ένα απρόβλεπτο γεγονός που ξεσπά ξαφνικά δημιουργώντας προβλήματα.

Ο Δρ. Angelo Lascioli, Καθηγητής Ειδικής Παιδαγωγικής στο Πανεπιστήμιο της Βερόνας, εντοπίζει τρεις πιθανές καταστάσεις στις οποίες η σεξουαλικότητα ενός ατόμου με αναπηρία, ιδίως διανοητική, χαρακτηρίζεται ως πρόβλημα:

1. Όταν αγνοείται.

Η σεξουαλικότητα γίνεται πρόβλημα όταν αγνοείται, ελπίζοντας ότι θα εξαφανιστεί. Με αυτόν τον τρόπο η σεξουαλικότητα βυθίζεται, όπως ένα ποτάμι, και στη συνέχεια επιστρέφει ως αναβίωση. Η εξερεύνηση της σεξουαλικότητας ξεκινά εν μέρει για ένα ενστικτώδες συστατικό, κατά την εφηβεία, και εν μέρει επειδή ζητείται από την ομάδα συνομήλικων. Στην περίπτωση ατόμων με διανοητική αναπηρία, λείπει συχνά το φιλικό πλαίσιο που τους παροτρύνει. Αυτός είναι ένας από τους λόγους για τους οποίους η σεξουαλικότητα βυθίζεται, με την έννοια ότι καταπιέζεται από το άτομο που δεν ξέρει τι νόημα να αποδώσει στο ενστικτώδες αυτό συστατικό και παραμένει φοβισμένο από αυτό, αλλά επίσης λόγω της στάσης των γονέων ή άλλων σημαντικών στοιχείων αναφοράς για τα οποία δεν θέλουν να μιλήσουν. Η αναβίωση μπορεί να δημιουργηθεί με την έννοια ότι το άτομο μπορεί στη συνέχεια να εκφράσει αυτό το ενστικτώδες φορτίο σε μια επιθετική ή ακατάλληλη μορφή, επειδή δεν έχει κανέναν έλεγχο και επειδή δεν υπήρξε εκπαίδευση.

2. Όταν γεννηθεί.

Η σεξουαλικότητα γίνεται πρόβλημα όταν υποβιβάζεται στη σφαίρα της γεννητικότητας, όταν θεωρείται ότι αφορά μόνο την αυνανιστική πράξη. Πρέπει να βοηθήσουμε το άτομο να διευρύνει τη διάσταση της ευχαρίστησης, όχι να την περιορίσει στον αυνανισμό που κινδυνεύει να γίνει ιδεοψυχαναγκαστικός, να εμπλακεί σε άλλες διαστάσεις που επιτρέπουν στο άτομο να πάρει ευχαρίστηση από διαφορετικές μορφές εμπειρίας (την ευχαρίστηση να επιλέγει ρούχα, να φροντίζει το σώμα του, να φοράει άρωμα, να φοράει αξεσουάρ κ.λπ.), να μιλάτε για σεξουαλικότητα, να βοηθάτε να αναγνωρίσετε τις αισθητικές απολαύσεις και να προσδιορίσετε τι προσωπικά τους αρέσει.

Είναι σημαντικό να μην μεταδώσουμε το μήνυμα ότι η σεξουαλικότητα είναι αποκλειστικά μια φυσιολογική ικανοποίηση και ως εκ τούτου να βοηθηθεί το άτομο να καταχωρήσει προσωπικές έννοιες μέσω διαφορετικών μορφών εμπειρίας, ακόμα και μέσω φαντασίας.

3. Όταν δεν επεξεργάζεται.

Η σεξουαλικότητα γίνεται πρόβλημα όταν δεν επεξεργάζεται, δηλαδή όταν δεν ερμηνεύεται, όταν δεν αποκτά μια θέση και ένα νόημα στο μυαλό μας, όταν δεν αναγνωρίζεται ως ανάγκη ή ως σχέση ή ως συναίσθημα.

Η άφιξη της σεξουαλικότητας είναι στο μυαλό, ως συστατικό μέρος της προσωπικής ταυτότητας. Η σεξουαλικότητα συνδέεται με τη διάσταση της ταυτότητάς μας και στο μυαλό, η σεξουαλικότητα αποκτά τελικά μια σχεδιαστική σημασία.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- *Η ανάγκη και το δικαίωμα στη σεξουαλικότητα.*
- *Συντελεστές οι οποίοι κάνουν τη σεξουαλικότητα του ατόμου με αναπηρίες προβληματική.*

ΑΥΤΟ- ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

1. Επιλέξτε τη σωστή απάντηση.
Μια μεθοδολογία κατάλληλη για την σεξουαλική εκπαίδευση:
 - A) Χρησιμοποιεί μια αποκλειστικά προληπτική προσέγγιση
 - B) Χρησιμοποιεί τη μετωπική λειτουργία μαθήματος
 - Γ) Αποκλείει τη συναισθηματική και σχεσιακή συμμετοχή
 - Δ) Υιοθετεί μια πλουραλιστική προσέγγιση όσον αφορά τις αξίες
2. Συμπληρώστε το κενό.
Η πρόταση μιας αντίληψης της σεξουαλικότητας εγγυάται την εμβάθυνση της στις βιολογικές πτυχές, τη συναισθηματική, τη σχεσιακή και τη προληπτική.
3. Επιλέξτε τη σωστή απάντηση:
Με εκτεταμένη και πολυεστική παρέμβαση εννοούμε:
 - A) Πολυεπιστημονική έκθεση σχετικά με το περιεχόμενο της σεξουαλικής εκπαίδευσης
 - B) Στοχεύει στην προώθηση της αυτοκαταστροφής
 - Γ) Απευθύνεται ειδικά σε άτομα με αναπηρίες
 - Δ) Στοχεύει στη μετάδοση πληροφοριών που περιορίζονται στις σεξουαλικές σχέσεις
4. Η σεξουαλικότητα του ατόμου με αναπηρία πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ειδική ανάγκη, διότι η αναπηρία συνεπάγεται αναγκαστικά με μια πορεία προβληματικής ανάπτυξης:
Σωστό Λάθος
5. Συμπληρώστε το κενό.
Οι στόχοι της σεξουαλικής αγωγής είναι να ενθαρρύνει την απόκτηση μιας κατάστασης ευεξίας από ένα άτομο
6. Συμπληρώστε το κενό

Το θέμα της σεξουαλικότητας δεν μπορεί να προσεγγιστεί σε σχέση με μια γενική έννοια της αναπηρίας, αλλά μάλλον σε σχέση με τις των μεμονωμένων αναπηριών.
7. Ποιες είναι οι τρεις πιθανές καταστάσεις στις οποίες η σεξουαλικότητα ενός ατόμου με αναπηρία χαρακτηρίζεται ως πρόβλημα;
 - A) όταν αγνοείται, όταν έχει γεννηθεί και όταν δεν νοιάζεται
 - B) όταν γεννιέται και όταν δεν είναι επαρκές
 - Γ) όταν δεν νοιάζεται, όταν αγνοείται
 - Δ) όταν είναι υπερβολική, αγνοείται και δεν νοιάζεται

ΓΛΩΣΣΑΡΙΟ

- **Συναισθηματικοί κώδικες:** γνωστικές διαδικασίες και συμβολικές δομές με τις οποίες επικοινωνούμε συναισθήματα, μετατρέποντάς τα σε αισθήματα και εφαρμόζοντας διάφορους τρόπους αγάπης.
- **Εκτεταμένη και πολυεστιακή παρέμβαση:** η εστίαση δεν είναι στη μετάδοση πληροφοριών, αλλά στην προώθηση της ανάπτυξης της ευαισθητοποίησης, της κριτικής ικανότητας, της αναγνώρισης των αξιών που οδηγούν σε αυτοκαταστροφή.
- **Ολιστική προσέγγιση στη σεξουαλικότητα:** αναφορά σε μια ευρεία διάσταση της σεξουαλικότητας που περιλαμβάνει επιδράσεις, αισθήματα αγάπης ή φιλίας, ανατομία και βιολογία, σχέσεις, ταυτότητα και πρόληψη όπου εξετάζονται όλες οι πτυχές της σεξουαλικότητας και δεν περιορίζεται στη σεξουαλική επαφή. Η σεξουαλικότητα θεωρείται ως συστατικό ανάπτυξης στη φυσική, συναισθηματική και σχεσιακή της διάσταση.
- **Πλουραλιστική προσέγγιση σε σχέση με τις αξίες:** η οποία προωθεί την ανταλλαγή θεμελιωδών αξιών, όπως η ανοχή, η υπευθυνότητα, ο σεβασμός, η ισότιμη αξιοπρέπεια των φύλων, και δημιουργεί δυνατότητες αντικατοπτρισμού και σύγκρισης για αμφιλεγόμενες αξίες σχετικά με τη συμπεριφορά και τις σεξουαλικές επιλογές, μέσα σε ένα πλαίσιο που επιβεβαιώνει τον σεβασμό της διαφορετικότητας. Αυτή η προσέγγιση στοχεύει στην αύξηση των κριτικών δεξιοτήτων και της αυτογνωσίας, αναλογιζόμενη των προβλημάτων που ενέχει η σεξουαλικότητα και σεβόμενη του τρόπου ζωής και των σεξουαλικών αξιών εκτός από τις δικές τους.
- **Πρωθητική προσέγγιση και όχι αυστηρά προληπτική:** περιλαμβάνει την προβολή προληπτικού περιεχομένου (πρόληψη ανεπιθύμητων εγκυμοσύνων, άμβλωση, σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες, σεξουαλικές και ψυχο-σεξουαλικές παθολογίες, σεξουαλική βία) σε μια διάσταση εξαιρετικά θετική και επικοινωνιακή.

ΕΝΟΤΗΤΑ 6 – ΔΙΚΤΥΩΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

ΕΝΟΤΗΤΑ 6 – ΔΙΚΤΥΩΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

Μαθησιακά αποτελέσματα

Υποενότητα 1 – τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Εισαγωγή στην έννοια της πολιτικής των κοινοτικών σχέσεων και γιατί χρειάζεται.
- Τύποι δραστηριοτήτων για κοινοτικές σχέσεις.
- **Γνώση:** Περιγραφή της έννοιας πολιτικής κοινοτικών σχέσεων και των τύπων της.
- **Δεξιότητες:** Ταξινόμηση των διαφορετικών τύπων κοινοτικών σχέσεων.
- **Ικανότητες:** Χρησιμοποίηση των διαφορετικών τύπων κοινοτικών σχέσεων σε δραστηριότητες δικτύωσης.

Υποενότητα 2 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Προσδιορισμός των ομάδων-στόχων και των ενδιαφερόμενων φορέων.
- Γιατί είναι σημαντικό να προσδιορίσετε το κοινό/ την ομάδα –στόχο σας;
- **Γνώση:** Προσδιορισμός των κατάλληλων ενδιαφερόμενων φορέων για την επίτευξη ευαισθητοποίησης σχετικά με το θέμα των συναισθηματικών και σεξουαλικών αναγκών των ατόμων με αναπηρίες.
- **Δεξιότητες:** Παροχή προτεραιότητας στις ομάδες-στόχους για την ευαισθητοποίηση του κοινού σχετικά με τις συναισθηματικές και σεξουαλικές ανάγκες των ατόμων με αναπηρίες.
- **Ικανότητες:** Οργάνωση των ομάδων-στόχων για την επίτευξη της διάδοσης των αποτελεσμάτων του έργου SINE.

Υποενότητα 3 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Καθοδήγηση για τη δημιουργία στρατηγικής συνεργασίας με βασικούς οργανισμούς και αρχές της κοινότητας.
- Περιγραφή του πώς να διαπραγματευτείτε, να επικοινωνήσετε και να διατηρήσετε τις συνεργασίες με τέτοιο τρόπο που να είναι αμοιβαία επωφελής και για τα δύο μέρη.
- Κατηγοριοποίηση των διαφορετικών τύπων συνεργασιών που μπορούν να εφαρμοστούν και καθορισμός των συνεργασιών που θα είναι οι πιο αποτελεσματικές και σημαντικές για ένα οργανισμό.
- Σχεδιασμός στρατηγικών για την εμπλοκή της ευρύτερης κοινότητας στην υποστήριξη της αποστολής του οργανισμού και την ενίσχυση της γενικής ευαισθητοποίησης.
- **Γνώση:** Αναγνώριση ποικιλίας μεθόδων για την οικοδόμηση συνεργασιών, καθώς και αποτελεσματική διαπραγμάτευση, επικοινωνία και διατήρηση των συνεργασιών.

- **Δεξιότητες:** Σχεδιασμός στρατηγικής για τη δημιουργία ουσιαστικών συνεργασιών, καθώς και για αποτελεσματική ταξινόμηση των διάφορων συνεργασιών.
- **Ικανότητες:** Οργάνωση στρατηγικών για την ευρύτερη συμμετοχή της κοινότητας και για την ευαισθητοποίηση της εκστρατείας.

Υποενότητα 4 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Επίτευξη σαφής επικοινωνίας σε ένα ευρύτερο, γενικό κοινό και τα συγκεκριμένα τα οποία είναι απαραίτητα για την ανάπτυξη και την διάδοση βασικών μηνυμάτων.
- Προσδιορισμός βασικών σημείων που θα βοηθήσουν το κοινό που στοχεύετε να κατανοήσει πλήρως την αποστολή, τους στόχους και την στρατηγική ενός οργανισμού.
- Βήματα για να καθοδηγήσετε τους οργανισμούς στη διαδικασία δημιουργίας και διάδοσης ενός μηνύματος.
- **Γνώση:** Καθορισμός της διαδικασίας/ των βημάτων για το πώς να ενημερώσετε το κοινό σχετικά με την αποστολή, τους στόχους και τη στρατηγική του οργανισμού ή/και την εκστρατεία ευαισθητοποίησης σχετικά με το έργο SINE.
- **Δεξιότητες:** Σχεδιασμός ξεκάθαρων και αποτελεσματικών μηνυμάτων για την διάδοση των στόχων του έργου SINE σύμφωνα με τις ταξινομημένες ομάδες-στόχων.
- **Ικανότητες:** Δημιουργία αποτελεσματικών μηνυμάτων διάδοσης για την ευαισθητοποίηση σχετικά με το θέμα του έργου SINE.

Υποενότητα 5 - τα μαθησιακά αποτελέσματα για αυτή την υποενότητα είναι:

- Περιγραφή των βασικών τύπων εκδηλώσεων στα μέσα μαζικής ενημέρωσης (δηλαδή δελτία τύπου, συνεντεύξεις τύπου, εκστρατείες κ.λπ.), των σκοπών τους και τα χαρακτηριστικά τους.
- Προσδιορισμός του σκοπού του σχεδιασμού και των διάφορων μοντέλων, διαγραμμάτων και ακρωνυμίων.
- Πρακτική στο σχεδιασμό εκδηλώσεων στα μέσα μαζικής ενημέρωσης.
- **Γνώση:** Περιγραφή των κύριων τύπων εκδηλώσεων στα μέσα μαζικής ενημέρωσης, ο σκοπός και τα χαρακτηριστικά τους.
- **Δεξιότητες:** Διάκριση των διάφορων μοντέλων, διαγραμμάτων και ακρωνυμίων για μια εκδήλωση στα μέσα μαζικής ενημέρωσης.
- **Ικανότητες:** Δημιουργία πλάνου για μια εκδήλωση στα μέσα μαζικής ενημέρωσης.

ΥΠΟΕΝΌΤΗΤΑ 1. Τι είναι οι Κοινοτικές Σχέσεις

Για να κατανοήσουμε τον όρο κοινοτικές σχέσεις, πρέπει πρώτα να κατανοήσουμε την έννοια της κοινότητας. Μια κοινότητα αποτελείται από **κοινωνικές ομάδες που εμφανίζουν διαφορετικά χαρακτηριστικά ή υπόβαθρα, που δεσμεύονται από κοινωνικούς κανόνες, κοινές προοπτικές και μοιράζονται πολιτιστικές, κοινωνικές και πολιτικές αξίες**. Όταν οι άνθρωποι εργάζονται ή συνεργάζονται με άλλους, θα πρέπει να διατηρούν τον ίδιο κώδικα συμπεριφοράς που θα χρησιμοποιούσαν και στη ζωή τους, για παράδειγμα με γείτονες, φίλους και μέλη της οικογένειας. Αυτό σημαίνει, ότι έχοντας στενές σχέσεις μαζί τους, διατηρούμε μια αίσθηση καλής θελήσεως.⁷

Εάν ένα ίδρυμα θέλει να καθιερωθεί μακροπρόθεσμα, πρέπει να αναλάβει το ρόλο ενός εταιρικού πολίτη που αναπτύσσει ενεργό ενδιαφέρον για την ευημερία της κοινότητάς του. Για να επιτευχθεί αυτό, ένας οργανισμός εφαρμόζει την έννοια των κοινοτικών σχέσεων, δηλαδή τις **μεθόδους που χρησιμοποιούνται για τη δημιουργία και τη διατήρηση μιας επωφελούς σχέσης με τις κοινότητες στις οποίες λειτουργούν**.

Οι κοινοτικές σχέσεις είναι μια αμφίδρομη διαδικασία. Από τη μία πλευρά, οι οργανισμοί καταβάλλουν προσπάθειες για να τοποθετήσουν την κοινότητα στην βασική επιχειρηματική στρατηγική της, προσελκύοντας τα μέλη της είτε ως καταναλωτές είτε ως εργαζόμενοι, και βελτιώνοντας τη δημόσια θέση, τη φήμη και την απόδοσή τους. Από την άλλη πλευρά, τα μέλη της κοινότητας θεωρούνται εξαιρετικά αισθητά και ορατά για αυτούς τους οργανισμούς, καθώς παρέχουν τους απαραίτητους πόρους που απαιτούνται για την επιτυχία των επιχειρήσεων.

Η σημαντικότητα των Κοινοτικών Σχέσεων

Οι κοινοτικές πρακτικές είναι επωφελείς για:

- να κάνουμε τα μέλη της κοινότητας να αντιληφθούν τα κοινά τους συμφέροντα
- υπέρβαση συναισθημάτων αποξένωσης ή αποκλεισμού
- προώθηση της αλληλεπίδρασης μεταξύ των ανθρώπων και οικοδόμησης προσωπικών σχέσεων
- προώθηση της παραγωγικότητας των εργαζομένων και των θετικών στάσεων

Για άτομα με αναπηρίες, η έννοια των κοινοτικών σχέσεων βασίζεται στην έννοια της αποδοχής, είτε από την άποψη της ένταξης σωματικά σε μια κοινωνική ομάδα, ικανών να λειτουργούν με επιτυχία σε ένα περιβάλλον, ή να λαμβάνουν κοινωνική αποδοχή που επιτρέπει την αλληλεπίδραση με άλλους⁸. [Αυτό το βίντεο](#) παρουσιάζει σε άτομα με κάποια μορφή αναπηρίας την σημαντικότητα της κοινοτικής συμμετοχής στην κοινωνία για την κοινωνική και προσωπική τους ευημερία.

⁷ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

⁸ Disability Rights UK (2014) *INCLUSIVE COMMUNITIES: A research report*. Ανακτήθηκε από <https://www.disabilityrightsuk.org/sites/default/files/pdf/3.%20InclusiveCommunitiesResearch.pdf>

Μια καλή πρακτική σχετικά με τα παραπάνω είναι το έργο [‘Better Together’](#), ένας κοινοτικός οργανισμός που στοχεύει στην ανάπτυξη στρατηγικών και συνεργασιών μεταξύ ομάδων ατόμων αναπηρίες και ατόμων χωρίς αναπηρίες, συμβάλλοντας έτσι στην συνολική δύναμη και ευημερία της κοινότητας στο σύνολο της. Το έργο έχει σχεδιάσει ένα εκπαιδευτικό εργαστήριο για επιχειρήσεις και παρόχους υπηρεσιών, όπου οι συμμετέχοντες εκπαιδεύονται για το πώς να επικοινωνούν με άτομα με αναπηρίες. Τα εργαστήρια περιλαμβάνουν βασικές δεξιότητες επικοινωνίας και ακρόασης, μαθήματα από τις πρώτες εντυπώσεις, δεξιότητες που επιτρέπουν την παροχή ολοκληρωμένης εξυπηρέτησης πελατών και μαθήματα σχετικά με τη σημασία της αίσθησης ότι ανήκουν στην τοπική κοινότητα.



Πολιτική κοινοτικών σχέσεων

Όπως έχει δηλώσει ένας διευθύνων σύμβουλος, οι κοινοτικές σχέσεις είναι η «τροφή για την ψυχή ενός οργανισμού», καθιστώντας τις βασικό συστατικό για την υγεία των επιχειρήσεων⁹. Πράγματι, μια καλά δομημένη πολιτική κοινοτικών σχέσεων πρέπει να ενσωματωθεί στη δομή και την κουλτούρα ενός οργανισμού, όπου προέρχεται από τους εταιρικούς στόχους που θέτονται.

Μια πολιτική είναι απαραίτητη για διάφορους λόγους:

- Καθορίζει τον τρόπο χειρισμού των κοινοτικών συμβάσεων
- Οι διευθυντές και το υπόλοιπο προσωπικό εφαρμόζουν παρόμοιες πολιτικές ειδικά όταν υπάρχουν εγκαταστάσεις σε πολλές κοινότητες
- Χωρίς συγκεκριμένη πολιτική, δεν μπορούν να τεθούν τακτικοί στόχοι και επομένως, ούτε δράση

Όσον αφορά τα άτομα με αναπηρίες, μια βασική έννοια ενός συνεταιρισμού θα δήλωνε ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν αμοιβαίο σεβασμό προς τις προσωπικότητες των άλλων, ενώ μπορούν να οργανωθούν διάφορες εκστρατείες για την ευαισθητοποίηση σχετικά με τον σεβασμό και την κατανόηση. Όλο και περισσότεροι οργανισμοί και ιδρύματα έχουν μεγάλη ευαισθητοποίηση σχετικά με τα άτομα με αναπηρίες και δημιουργούν συγκεκριμένες πολιτικές για το πώς πρέπει να συμπεριφέρεται το προσωπικό απέναντι σε αυτές τις ομάδες. Το 2008, η Υπηρεσία Εκπαίδευσης και Κατάρτισης (DEECD) της Αυστραλίας εκπόνησε μια [Πολιτική Κατεύθυνσης](#) σχετικά με την αναπηρία στο χώρο εργασίας, η οποία αναλύει τις ίσες ευκαιρίες, τα οφέλη από την απασχόληση των

⁹ Googins, B. K. (1997) *Why Community Relations is a Strategic Imperative*. Ανακτήθηκε από <https://www.strategy-business.com/article/17964?gko=27dcc>

ατόμων με αναπηρίες, τις διαδικασίες συνέντευξης και τον χειρισμό διαφορετικών καταστάσεων στην εργασία.

Αυτό είναι ένα δείγμα μιας πολιτικής κοινοτικών σχέσεων που μπορεί να προσαρμοστεί για να καλύψει διάφορες εταιρικές ανάγκες¹⁰:

1. Ως μέρος αυτής της κοινότητας, δεσμευόμαστε να είμαστε καλοί γείτονες. Ως εκ τούτου, δεσμευόμαστε να ανταποκριθούμε στις ανησυχίες και την ευημερία εκείνων με τους οποίους μοιραζόμαστε τη γη.
2. Θα εργαστούμε για την οικοδόμηση μιας θετικής, ανοιχτής σχέσης και αλληλεξάρτησης μεταξύ όλων που ενδιαφέρονται για την ευημερία αυτής της κοινότητας. Θα είμαστε ειλικρινείς και ανοιχτοί σε όλες τις ενασχολήσεις μας με την κοινότητα.
3. Πιστεύουμε στην ανάγκη αμφίδρομης επικοινωνίας με την κοινότητα και στην επιζήτηση των σχολίων της. Αυτά τα σχόλια θα αποτελέσουν πολύτιμο μέρος των δραστηριοτήτων μας και θα αποτελέσουν αναπόσπαστο μέρος της διαδικασίας λήψης αποφάσεων.
4. Τέλος, δεσμευόμαστε ότι οποιεσδήποτε αποφάσεις που επηρεάζουν την κοινότητα θα κοινοποιούνται εγκαίρως και με ακρίβεια.

Από το παραπάνω παράδειγμα, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι μια σαφής δήλωση πολιτικής παρέχει κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με τις εταιρικές προθέσεις και τον τρόπο με τον οποίο μια εταιρεία ή ένας οργανισμός πρέπει να βλέπει τον ρόλο της/του αντίστοιχα στην κοινότητα, συμπεριλαμβανομένου του τρόπου με τον οποίο οι διευθυντές και το εργαζόμενο προσωπικό πρέπει να συμμετέχουν και να υποστηρίζουν την κοινότητα, πώς πρέπει να λαμβάνονται τα μέτρα και πώς πρέπει να λαμβάνεται η εξουσία.

Δραστηριότητες Κοινοτικών Σχέσεων

Εκτός από τις καλές συνθήκες απασχόλησης και τους καλούς μισθούς, οι κοινότητες αναμένουν από τα θεσμικά τους όργανα μια ελκυστική εμφάνιση, οικονομική σταθερότητα και εστίαση στην υπερηφάνεια για την πατρίδα, καθώς και δέσμευση με την υποστήριξη άλλων κοινοτικών ιδρυμάτων. Υπάρχουν διάφοροι τρόποι με τους οποίους οι οργανισμοί μπορούν να εμπλακούν στις κοινότητές τους¹¹:

¹⁰ Cohn, M. (n.d) Importance of an Effective Community Relations Program. Ανακτήθηκε από <http://cohnpr.com/Articles/ImportanceofanEffectiveCommunityRelationsProgram/tabid/94/Default.aspx>

¹¹ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board



• ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ: Τα προγράμματα εθελοντισμού μπορούν να ενώσουν τους εργαζομένους, φέρνοντας τους πιο κοντά σε πιο

χαλαρές εξόδους εκτός του χώρου εργασίας. Για παράδειγμα μέσω επίσημων συναντήσεων για μεσημεριανό γεύμα, σεμιναρίων, παρουσίασης πινάκων ανακοινώσεων κ.λπ. Οι οργανισμοί μπορούν να ανταμείψουν τέτοιες εθελοντικές ενέργειες δίνοντας πιστοποιητικά ή επιπλέον ημέρες διακοπών.

- **ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΚΘΕΣΕΙΣ:** οι τοπικές εκθέσεις (π.χ. εκθέσεις βιβλιοθηκών ή σχολείων), οι εκδηλώσεις κοινότητας (όπως μέσω της παροχής ομιλητών σε τοπικούς οργανισμούς) και οι εμπορικές εκθέσεις μπορούν να εκτιμηθούν στην τοπική κοινότητα και να προσθέσουν στη θετική εικόνα των οργανισμών.
- **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ:** απευθύνεται ειδικά σε σχολεία και κολέγια που μπορούν να υποστηριχθούν με διάφορους τρόπους. Για παράδειγμα, παρουσιάσεις ταινιών, βίντεο ή διαφανειών σχετικά με τους τομείς που ασχολείται ένας οργανισμός ή τις χώρες στις οποίες λειτουργεί, παροχή υποτροφιών για ελεύθερη πρόσβαση σε ντόπιους μαθητές, παροχή βραβείων ακαδημαϊκών επιτευγμάτων, διοργάνωση αθλητικών ημερίδων και παροχή θέσεων εργασίας σε ντόπιους μαθητές.
- **ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΜΕΣΩΝ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΧΟΡΗΓΗΣΕΩΝ:** η υποστήριξη ιδρυμάτων μέσω διαφημίσεων ή η παροχή οικονομικής βοήθειας για το σχεδιασμό και την εκτύπωση υλικού θα δημιουργήσει ισχυρές ενδείξεις καλής θελήσεως. Μια πιο αισθητή υποστήριξη της χορηγίας θα μπορούσε να περιλαμβάνει δραστηριότητες όπως η τοποθέτηση κάδων απορριμμάτων γύρω από την πόλη ή η υποστήριξη τοπικών αθλητών με μεγάλες πιθανότητες επιτυχίας.
- **ΑΜΕΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΜΕΛΩΝ:** οι οργανισμοί μπορούν να δείξουν την άμεση υποστήριξή τους συμμετέχοντας ενεργά σε ιδρύματα αφιερωμένα στη βοήθεια ατόμων με αναπηρίες.

Μελέτη περίπτωσης: Delta Holding¹²

Η εταιρεία Delta Holding, που εδρεύει στην Σερβία, ξεκίνησε συγκεκριμένα προγράμματα για την προώθηση της ένταξης ατόμων με αναπηρίες στο εργατικό δυναμικό της εταιρείας. Αυτά τα προγράμματα ξεκίνησαν από το Delta Humanitarian Foundation το οποίο συμβάλλει στην κοινωνική ανάπτυξη της Σερβίας στους τομείς της κοινωνικής φροντίδας, της εκπαίδευσης, του πολιτισμού και της υγείας. Το 2008, το ίδρυμα παρουσίασε το έργο ένταξης εργασίας που προσπάθησε να υποστηρίξει την κοινωνική ένταξη των ατόμων με διανοητικές αναπηρίες συμπεριλαμβάνοντας τους στο εργατικό δυναμικό. Πριν από την

¹² International Labour Force (2010) *Disability in the Workplace: Company Practices*. Retrieved from https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/---ifp_skills/documents/publication/wcms_150658.pdf

τοποθέτηση τους στην εργασία, οι συμμετέχοντες παρακολουθούσαν εκπαιδευτικές συνεδρίες σχετικά με την αποτελεσματική επικοινωνία με συναδέλφους και πελάτες, ενώ λαμβάναν και πρακτική εκπαίδευση όπου εκπαιδεύονταν στο χώρο εργασίας και στα καταστήματα. Οι συμμετέχοντες συνδυάστηκαν επίσης με επιβλέποντες που υποστήριζαν και παρακολουθούσαν την πρόοδο εργασίας τους, ενώ τα προγράμματα εργασίας τους εξαρτώνταν από τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητες τους. Το έργο είχε σημαντική επιτυχία στην ευαισθητοποίηση σχετικά με τα άτομα με αναπηρίες. Για παράδειγμα, οι καταναλωτές είχαν ανταποκριθεί θετικά όταν έβλεπαν άτομα με αναπηρίες να εργάζονται στα καταστήματα, ενώ άλλες εταιρείες είχαν δείξει ενδιαφέρον για να μάθουν πώς να εργοδοτούν αυτές τις ομάδες ατόμων.

Υπάρχουν πολλά άλλα παραδείγματα διεθνών αναγνωρισμένων εταιρειών που έλαβαν μέτρα για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης των ατόμων με αναπηρίες, συμπεριλαμβανομένων των Carrefour, Cisco, Ernst & Young, Microsoft, Marks & Spencer κ.λπ. (για να μάθετε περισσότερα, δείτε το εγχειρίδιο της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας [Αναπηρία στο χώρο εργασίας: Εταιρικές πρακτικές](#)).

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Τα προγράμματα κοινοτικών σχέσεων εφαρμόζονται συνήθως σε μια τοπική περιοχή, αντικατοπτρίζοντας την ποικιλομορφία αυτής της περιοχής και λειτουργούν σύμφωνα με τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα των μελών της.
- Τα μέλη μιας κοινότητας τα αντιλαμβάνονται συχνά ως «διασφάλιση ή καλλιέργεια» του εαυτού τους, μέσω των οποίων μπορούν να δημιουργήσουν τις δημόσιες τους ταυτότητες, να αναπτύξουν σχέσεις με άλλους και να διατυπώσουν τα ενδιαφέροντά τους.
- Σωματικά, κανείς δεν μπορεί να αποφύγει να είναι μέλος μιας κοινότητας - ωστόσο η προώθηση της κοινωνικής και διανοητικής ένταξης των ανθρώπων που ζουν στην κοινότητα είναι ένα περίπλοκο έργο και χρειάζεται προσπάθεια για να εκπληρωθεί.
- Οι κοινοτικές σχέσεις είναι σαν το την τροφή για την ψυχή ενός οργανισμού, καθιστώντας το έτσι ζωτικό μέρος της κουλτούρας του και του στρατηγικού του σχεδιασμού.
- Ένα ίδρυμα/μία οντότητα για να αναπτύξει τις κοινοτικές σχέσεις πρέπει να δημιουργήσει μια συγκεκριμένη πολιτική για τους διευθυντές και το εργατικό προσωπικό, που θα τους καθοδηγεί πώς να συμπεριφέρονται και να αντιμετωπίζουν τις κοινότητες και τα μέλη τους.
- Υπάρχουν πολλά προγράμματα και δραστηριότητες που μπορούν να εφαρμοστούν για την υποστήριξη των κοινοτήτων, όπως η παροχή βοήθειας σε τοπικές εκδηλώσεις, δια μέσου της παροχής εκπαιδευτικής υποστήριξης και βοήθειας για την προώθηση θεσμών μέσω των μέσων μαζικής ενημέρωσης.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 2. Καθορισμός ομάδων-στόχων και ενδιαφερόμενων φορέων

Η αναγνώριση και η συναναστροφή με τα κατάλληλα άτομα για μια συγκεκριμένη αιτία μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο για την εκτίμηση της αιτίας ως επιτυχία ή αποτυχία. Οι ενδιαφερόμενοι φορείς και οι ομάδες-στόχοι πρέπει να αποτελούνται από κατάλληλα άτομα που θα ανταποκρίνονται καλύτερα στους στόχους και στα αναμενόμενα αποτελέσματα που έχουν τεθεί.

Οι κύριες ευθύνες των ενδιαφερόμενων φορέων και των ομάδων-στόχων είναι¹³:

- να έχουν πραγματικό ενδιαφέρον και κίνητρα
- να επηρεάζουν την ανάπτυξη και την εφαρμογή μιας αιτίας
- να συμμετέχουν σε σημαντικές διαδικασίες λήψης αποφάσεων
- να είναι σε θέση να επηρεάζουν και να συναναστρέφονται με άλλους ανθρώπους

Ποιοι είναι οι ενδιαφερόμενοι φορείς και οι ομάδες-στόχοι;

1. Οργανισμοί Ατόμων με Αναπηρίες

Ο καλύτερος τρόπος για να σκεφτείτε την μετάδοση γνώσεων περί σεξουαλικής υγείας είναι να προσδιορίσετε οργανισμούς, ιδρύματα και άλλους φορείς που εργάζονται με άτομα με αναπηρίες. Η συνομιλία με άτομα από αυτούς τους οργανισμούς θα σας συστήσει σε άλλες τοπικές ομάδες και θα κατανοήσετε τις σεξουαλικές ανησυχίες και τις ανάγκες των ατόμων με αναπηρίες. Σε διεθνές επίπεδο, υπάρχουν πολλοί οργανισμοί και προγράμματα που εκπροσωπούν ή συνεργάζονται με άτομα με αναπηρίες, όπως:

- το Ευρωπαϊκό Φόρουμ Ατόμων με Αναπηρία (EDF)
- Διεθνής Οργανισμός Ατόμων με Αναπηρίες (DPI)
- η Παγκόσμια Ένωση Τυφλών (WBU)
- η Παγκόσμια Ομοσπονδία Κωφών (WFD)

Οι οργανισμοί μπορούν επίσης να παρέχουν εκπαίδευση στο προσωπικό τους για την ευαισθητοποίηση τους σχετικά με την αναπηρία και την σεξουαλική υγεία. Ένα καλό παράδειγμα είναι η Ειδική Ομάδα για τα Θέματα Αναπηρίας του ΠΟΥ, μια πρωτοβουλία που αποσκοπεί στην άρση των εμποδίων και την ενσωμάτωση των θεμάτων αναπηρίας σε ολόκληρο τον οργανισμό διεθνώς. Στον τομέα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, το έργο ανέπτυξε μια πολιτική σχετικά με τις συνδέσεις μεταξύ του HIV / AIDS

¹³ University of Delaware (n.d.) Identifying Stakeholders and Strategic Partners to Catalyze Change. Ανακτήθηκε από <https://www.completecommunitiesde.org/>

και της αναπηρίας, μια βελτιωμένη τεχνική καθοδήγησης σχετικά με τις επιλογές αντισύλληψης για τις γυναίκες με αναπηρίες, και καθοδηγητικές σημειώσεις.

2. Γονείς και Άτομα παροχής φροντίδας

Οι γονείς και τα άτομα παροχής φροντίδας είναι θεμελιώδεις παράγοντες για την ανατροφή των παιδιών και των νεαρών ενηλίκων. Η ποιότητα της ζωής των παιδιών συνδέεται άμεσα με την ποιότητα της οικογενειακής ζωής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο οι γονείς και τα άτομα παροχής φροντίδας είναι οι πιο κατάλληλοι υποστηρικτές για τα παιδιά με αναπηρίες. Πρέπει να διασφαλίσουν ότι κατανοούν, υποστηρίζουν και συμμετέχουν ενεργά στην παροχή της σεξουαλικής εκπαίδευσης των παιδιών τους, με τρόπο που θα εξασφαλίζει μακροπρόθεσμα αποτελέσματα. Για παράδειγμα, ένας καινοτόμος ιστότοπος που ονομάζεται «[Teaching Sexual Health](#)» προσφέρει τεκμηριωμένες πληροφορίες και στρατηγικές για να βοηθήσει τους δασκάλους, τους εκπαιδευτές και τους γονείς σχετικά με τρόπους εκπαίδευσης των παιδιών σε θέματα σεξουαλικότητας και υγείας. Τα εκπαιδευτικά θέματα περιλαμβάνουν τη δημιουργία σχέσεων, την αναπαραγωγή και την εγκυμοσύνη, την σεξουαλική ανάπτυξη, την ποικιλομορφία των φύλων κ.λπ.

Η συμμετοχή των γονέων περιλαμβάνει διάφορα βήματα:

- Οι γονείς στοχεύουν μέσω κοινοτικών δραστηριοτήτων ή προσαρμοσμένων στρατηγικών, όπως τις επισκέψεις στο σπίτι, τις συναναστροφές τους, ή ακόμη και τα δικά τους παιδιά.
- Η προετοιμασία εκπαιδευτικού υλικού για τους γονείς θα τους βοηθήσει να παρέχουν ακριβείς πληροφορίες στα παιδιά τους, βασισμένες πάντα στα δικαιώματά τους.
- Οι γονείς πρέπει να μάθουν πώς να ακούνε τα παιδιά τους, να είναι ανοιχτόμυαλοι για τις σεξουαλικές τους ανάγκες και να τους ενθαρρύνουν να κάνουν ερωτήσεις.
- Δεν υπάρχει πρόβλημα εάν οι γονείς δεν γνωρίζουν την απάντηση σε μια ερώτηση. Η ενθάρρυνση των παιδιών στην από κοινού εξερεύνηση των απαντήσεων είναι μια καλή στρατηγική για τη συμμετοχή τους.

3. Εκπαιδευτής (Καθηγητές και Πάροχοι)

Ένας καθηγητής ή εκπαιδευτής περιλαμβάνει μια ποικιλία διαφορετικών ανθρώπων, όπως οι εργαζόμενοι στον τομέα της υγείας, οι πάροχοι υπηρεσιών ή άλλοι εθελοντές και οι ηγέτες της κοινότητας. Για την προώθηση της αποτελεσματικής μάθησης της σεξουαλικής εκπαίδευσης, οι εκπαιδευτές και οι καθηγητές πρέπει να έχουν έναν ολοκληρωμένο συνδυασμό Συμπεριφορών, Δεξιοτήτων και Γνώσεων:

Συμπεριφορές	Δεξιότητες	Γνώσεις
- δέσμευση για τη σεξουαλική εκπαίδευση και τους θεμελιώδεις πυλώνες της (ανθρώπινα δικαιώματα, φύλο, θετική στάση προς το σεξ, κ.λπ.) - απροκατάληπτη στάση και σεβασμός της ακεραιότητας και της κατανόησης των ορίων - κατανόηση των ατόμων με αναπηρίες ως σεξουαλικά όντα	- δημιουργία και διατήρηση ενός ασφαλούς, περιεκτικού και ευνοϊκού μαθησιακού περιβάλλοντος - χρήση διαδραστικών διαδικασιών διδασκαλίας για να προκαλέσετε μια ορατή ανταπόκριση από τους εκπαιδευόμενους - αποτελεσματική επικοινωνία - αντικατοπτρισμός πεποιθήσεων και αξιών - χρησιμοποίηση του υπόβαθρου και των πραγματικότητων των εκπαιδευόμενων	- σχετικά θέματα στην εκπαίδευση της σεξουαλικότητας, στην προαγωγή της υγείας και στην ψυχολογία - διαφορετικά προγράμματα και προγράμματα σπουδών για τη σεξουαλική εκπαίδευση - ανάπτυξη ικανοτήτων των εκπαιδευόμενων - συγκεκριμένα νομικά πλαίσια καίριας σημασίας που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα - παραπομπές όπου οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να αναζητήσουν για περαιτέρω βοήθεια ή πληροφορίες

Καθηγητές

Οι καθηγητές κανονικά θα εντάσσουν το υλικό σεξουαλικής εκπαίδευσης στο σχολικό πρόγραμμα προκειμένου να υποστηρίξουν πρόγραμμα/μάθημα σε μορφή άτυπης μάθησης. Μπορούν να παρέχουν πρόσβαση στους γονείς ή στους καθηγητές (που διδάσκουν ιδιαιτέρως) των παιδιών και των νεαρών ενηλίκων, μοιράζοντας μηνύματα, κινητοποιώντας τους μαθητές να παρακολουθήσουν ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα, ή διευκολύνοντας την πρόσβαση στα σχολεία για εκπαιδευτές της κοινότητας.

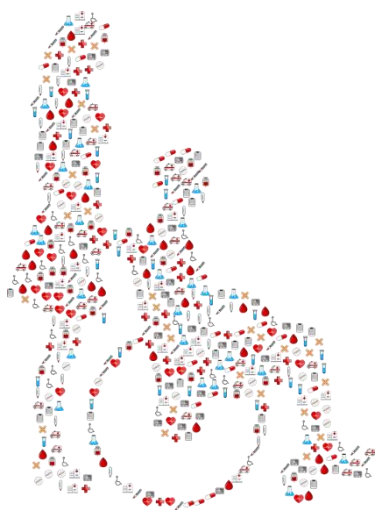
Για την συμμετοχή των καθηγητών:

- Προσδιορίστε βασικά άτομα που εμπλέκονται στη διδασκαλία και είναι πρόθυμα να υποστηρίξουν την παράδοση του εκπαιδευτικού προγράμματος σε μορφή άτυπης μάθησης
- Προσκαλέστε καθηγητές σε συνεδρίες σχετικά με τη λογική της σεξουαλικής εκπαίδευσης για άτομα με αναπηρίες και μοιραστείτε τα στοιχεία σχετικά με τον αντίκτυπο που έχει
- Δημιουργείτε και διαδώστε προωθητικό υλικό για χρήση στους καθηγητές σχετικά με την μαθησιακή διαδικασία

Παροχές Υπηρεσιών Υγείας και Υπηρεσιών

Οι παροχές υπηρεσιών μπορούν επίσης να γίνουν βασικοί υποστηρικτές ή φορείς παροχής προγραμμάτων σεξουαλικής εκπαίδευσης. Για παράδειγμα, σε μικρές εγκαταστάσεις, οι νοσοκόμοι ή οι κοινωνικοί λειτουργοί παίζουν ήδη αρκετά μεγάλο ρόλο στην εκπαίδευση των ασθενών και των πελατών. Αυτά τα άτομα είναι εξαιρετικά σημεία αναφοράς για την αύξηση των ατομικών τους γνώσεων σε θέματα υγείας, καθώς και των ικανοτήτων τους να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.

Για την συμμετοχή των παρόχων υπηρεσιών υγείας:



θέση να απαντούν και να ενθαρρύνουν την ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευομένων.

- Προσδιορίστε τα άτομα που θα έχουν τακτική επαφή μαζί με τα άτομα με αναπηρίες. Όσο καλύτερα ασχολούνται με αυτούς τόσο πιο αποτελεσματικό θα είναι το εκπαιδευτικό πρόγραμμα
- Προσκαλέστε τους σε συνεδρίες σχετικά με τη λογική του προγράμματος σεξουαλικής εκπαίδευσης και μοιραστείτε τα στοιχεία σχετικά με τον αντίκτυπο που έχει
- Προετοιμάστε τους παρόχους υπηρεσιών υγείας για το πώς να αλληλεπιδρούν καλύτερα και να ανταποκρίνονται με τους εκπαιδευόμενους. Εάν αυξηθεί η γνώση τους σε θέματα υγείας, οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν σίγουρα περισσότερες ερωτήσεις για συγκεκριμένα θέματα. Οι πάροχοι θα πρέπει να είναι σε

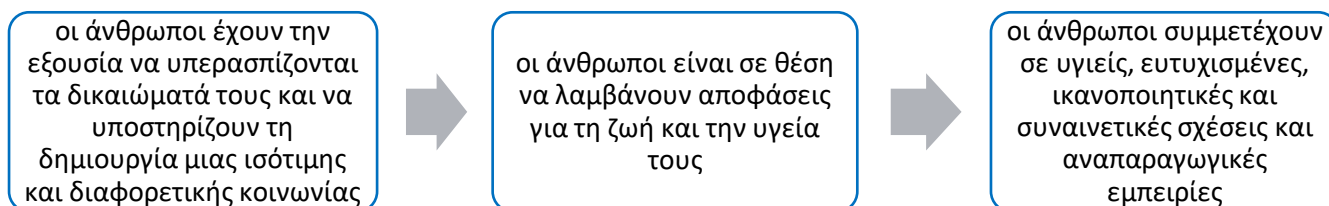
Παροχή προγραμμάτων σεξουαλικής εκπαίδευσης

Υπάρχουν πολλές συμβουλές που μπορούν να ακολουθήσουν οι ενδιαφερόμενοι φορείς:

- Συμμετοχή εκπαιδευόμενων στο σχεδιασμό, την εφαρμογή και την αξιολόγηση των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων.
- Δημιουργήστε ένα ασφαλές χώρο για τους εκπαιδευόμενους και προωθήστε την εμπιστοσύνη.
- Ενθαρρύνετε την συμμετοχή, ιδιαίτερα σε αυτούς που αισθάνονται μόνοι ή εκφοβισμένοι.
- Οι οργανισμοί που παρέχουν σεξουαλική εκπαίδευση σε παιδιά πρέπει να έχουν μια πολιτική προστασίας των παιδιών και πρέπει να παρέχεται σε όλο το προσωπικό και στους εθελοντές.
- Δείξτε σεβασμό στους εκπαιδευόμενους. Δώστε τους εύσημα για τις γνώσεις τους και την συμβολή τους.

- Οι άνθρωποι μαθαίνουν με διαφορετικούς τρόπους - διαβάζοντας ή χρησιμοποιώντας εικονογραφήσεις, ακούγοντας, κάνοντας πρακτικές ασκήσεις. Μάθετε να προσαρμόζεστε σε όλες τις διαφορετικές ανάγκες.

Όταν τα βασικά ενδιαφερόμενα μέρη θέτουν σε λειτουργία προγράμματα ή εκπαιδεύσεις που εστιάζουν στη σεξουαλική εκπαίδευση ατόμων με αναπηρίες, επιτυγχάνονται κάποια βασικά αποτελέσματα:



Περίληψη– τι έχουμε μάθει

- Οι ενδιαφερόμενοι φορείς και οι ομάδες-στόχοι μπορούν να έχουν σημαντικό αντίκτυπο κατά τον σχεδιασμό και την εκτέλεση ενός προγράμματος ή άλλου εκπαιδευτικού σκοπού.
- Οι ενδιαφερόμενοι φορείς και οι ομάδες-στόχοι πρέπει να έχουν πραγματικό ενδιαφέρον και κίνητρα, να συμμετέχουν στην ανάπτυξη και στις διαδικασίες λήψης αποφάσεων και να μπορούν να επηρεάζουν θετικά άλλα άτομα.
- Οι ενδιαφερόμενοι μπορεί να είναι οτιδήποτε από συλλογικές οντότητες έως άτομα, για παράδειγμα, οργανώσεις ατόμων με αναπηρίες, εκπαιδευτές, καθηγητές, γονείς, άτομα παροχής φροντίδας και παρόχους υπηρεσιών και υπηρεσιών υγείας.
- Η παροχή προγραμμάτων σεξουαλικής εκπαίδευσης απαιτεί την παρακολούθηση πολλών βημάτων που περιλαμβάνουν τους εκπαιδευόμενους στο σχεδιασμό, στην εφαρμογή και στην αξιολόγηση των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων.
- Οι ενδιαφερόμενοι φορείς πρέπει να ενθαρρύνουν τη συμμετοχή των εκπαιδευόμενων και να τους κάνουν να νιώσουν ασφαλείς και συμπεριλαμβανομένους.
- Οι ενδιαφερόμενοι φορείς θα πρέπει να προσαρμοστούν στις διαφορετικές μορφές μάθησης των ατόμων με αναπηρίες.
- Με την αποτελεσματική σεξουαλική εκπαίδευση, οι εκπαιδευόμενοι είναι σε θέση να ενδυναμώσουν τους εαυτούς τους, να λάβουν σημαντικές αποφάσεις για τη ζωή και να εμπλακούν σε ευτυχισμένες και ασφαλείς σχέσεις.

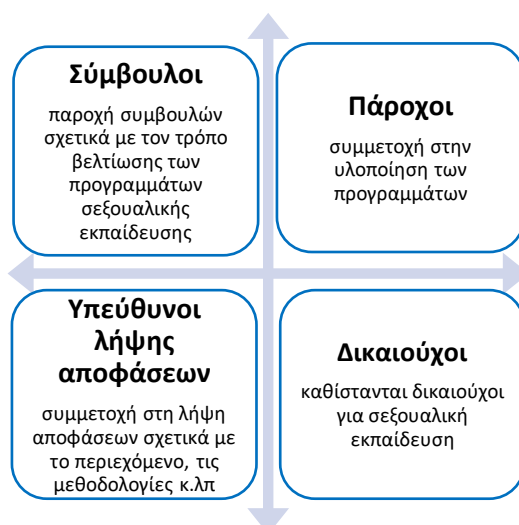
ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 3. Καθορισμός Στρατηγικών Συνεργασιών

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας¹⁴, υπάρχουν πέντε σημαντικά βήματα προς την πλήρη ένταξη των ατόμων με αναπηρίες. Το πρώτο βήμα είναι να δημιουργηθούν συνεργασίες με τις διάφορες ομάδες-στόχους και τους ενδιαφερόμενους φορείς.



Οι στρατηγικές συνεργασίες δημιουργούνται από τους ενδιαφερόμενους φορείς προκειμένου να προωθήσουν τις κοινοτικές σχέσεις, να αξιοποιήσουν την

εμπειρογνωμοσύνη και να προωθήσουν τις θετικές αλλαγές. Οι κοινότητες επωφελούνται όταν όλοι οι ενδιαφερόμενοι φορείς συνεργάζονται για να αντιμετωπίσουν ένα πρόβλημα ή να αντιμετωπίσουν τις ανάγκες υποστήριξης σχετικά με έργα ή εκπαιδευτικές υπηρεσίες. Μέσω αποτελεσματικών συνεργασιών, τα μέλη της κοινότητας αναλαμβάνουν διάφορους ρόλους¹⁵:



¹⁴ WHO and United Nations Population Fund (2009) *Promoting sexual and reproductive health for persons with disabilities WHO/UNFPA guidance note*. Ανακτήθηκε από https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/srh_for_disabilities.pdf

¹⁵ International Planned Parenthood Federation (2017) *DELIVER+ENABLE TOOLKIT: Scaling-up comprehensive sexuality education (CSE)*. Ανακτήθηκε από <https://www.ippf.org/sites/default/files/2018-03/IPPF%20Deliver%20and%20Enable%20-%20CSE%20Toolkit.pdf>

Ποιος μπορεί να γίνει συνεργάτης;

Ένας συνεργάτης μπορεί να είναι οποιαδήποτε ομάδα, οργανισμός ή κυβερνητικός φορέας που μπορεί να δημιουργήσει συνεργασίες. Αυτές οι συνεργασίες χαρακτηρίζονται από:

- ένα συμφωνημένο κοινό όραμα
- αμοιβαίους στόχους, οφέλη και σεβασμό
- σαφής δέσμευση και επένδυση από όλους τους συνεργάτες
- επίσημη συνεργασία και κοινή λήψη αποφάσεων

Όσον αφορά τα άτομα με αναπηρίες, οι συνεργασίες μπορούν να υλοποιηθούν είτε σε τοπικό είτε σε διεθνές επίπεδο με το οποίο σχηματίζονται πολυμερείς συμμαχίες. Για παράδειγμα, η [Παγκόσμια εταιρική σχέση για τα παιδιά με αναπηρίες \(GPCwd\)](#) είναι μια πλατφόρμα συλλογικής δράσης που στοχεύει στη διασφάλιση των δικαιωμάτων των παιδιών με αναπηρίες και περιλαμβάνει οργανισμούς όπως Disabled People's International (DPI), Disability Rights Fund (DRF), Disability Action Council (DAC) κ.λπ.

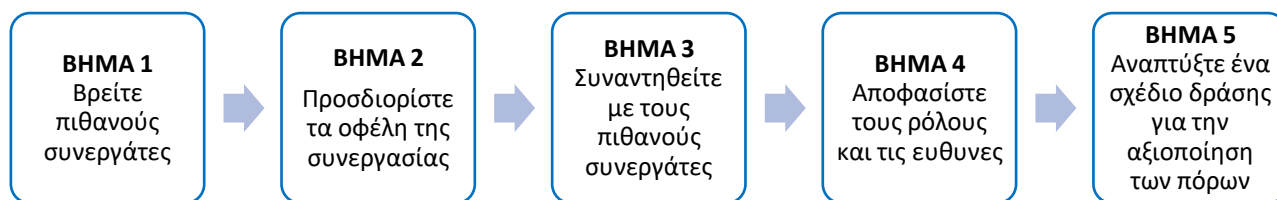
Μεταξύ των διαφόρων συνεργατών που μπορούν να σχηματίσουν συνεργασίες είναι:

- Κυβερνητικοί φορείς
- Τοπικοί, περιφερειακοί και διεθνείς οργανισμοί, ΜΚΟ
- Οικογένειες και άτομα παροχής φροντίδας
- Εκπαιδευτικά ιδρύματα και ενδιαφερόμενοι φορείς (π.χ. σχολεία, πανεπιστήμια, εκπαιδευτές, καθηγητές, ακαδημαϊκοί)
- Οργανώσεις ατόμων με αναπηρίες
- Θρησκευτικές οργανώσεις
- Ομάδες της κοινότητας
- Επαγγελματίες υγείας και υγειονομικής περίθαλψης
- Σύλλογοι Νεολαίας

Συχνά σε συνεργασίες, τα άτομα με αναπηρίες συμμετέχουν ενεργά σε όλες τις συζητήσεις, τις συμπράξεις και την ανάπτυξη πολιτικής. Αυτή είναι η βασική αρχή που είναι γνωστή ως «**Τίποτα για εμάς χωρίς εμάς**». Σύμφωνα με αυτή τη πολιτική, τα άτομα με αναπηρίες δεν γίνονται μόνο δέκτες της εκπαίδευσης σχετικά με την αναπαραγωγικότητα, αλλά συμμετέχουν στα στάδια του σχεδιασμού, της υλοποίησης και της ανάπτυξης ενός έργου. Κατά την εκπαίδευση, λειτουργούν ως βασικοί πληροφοριοδότες κατά τη διαδικασία ανάπτυξης, προσφέρουν πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο παροχής αποτελεσματικότερης εκπαίδευσης και εισάγουν συμμετοχικές προσεγγίσεις που είναι ελκυστικές για αυτούς. Παρακολουθήστε αυτό το [βίντεο](#) για να μάθετε περισσότερα σχετικά με αυτήν την πολιτική.

Πώς να διαμορφώσετε στρατηγικές συνεργασίες

Η διαμόρφωση στρατηγικών συνεργασιών μπορεί να αναλυθεί στα ακόλουθα βήματα:



Ένα πρακτικό παράδειγμα

Για να απεικονίσουμε τα πέντε βήματα που περιγράφονται παραπάνω, θα εξετάσουμε το [Φόρουμ Σεξουαλικής Εκπαίδευσης](#), μια σύμπραξη πολλαπλών φορέων που ιδρύθηκε το 1987 με σκοπό την παροχή ποιοτικών σχέσεων και σεξουαλικής εκπαίδευσης σε παιδιά και νέους.

ΒΗΜΑ 1.

Το Φόρουμ λειτουργεί βάσει συνεργασιών μεταξύ οργανισμών και φιλανθρωπικών οργανώσεων που έχουν κοινό ενδιαφέρον για τα παιδιά και τους νέους που λαμβάνουν κατάλληλη εκπαίδευση περί σχέσεων και σεξουαλικότητας. Αυτοί οι συνεργάτες συμπεριλαμβάνουν τοπικές αρχές, εθνικούς ή τοπικούς οργανισμούς, εθνικές υπηρεσίες υγείας (NHS trusts) και άτομα. Μεταξύ της κοινοπραξίας είναι οργανισμοί που συνεργάζονται με νέους με αναπηρίες, όπως το Image in Action και το Mencap.

ΒΗΜΑ 2.

Μόλις γίνουν μέλη, οι συνεργάτες μοιράζονται πολλά οφέλη, όπως: δωρεάν εισιτήρια για ετήσιες εκδηλώσεις μελών, συμμετοχή στο έργο της πολιτικής του Φόρουμ, μια περιγραφή συνεργάτη στον ιστότοπο του Φόρουμ, πρόσβαση σε πόρους, εκπαιδευτικό και ερευνητικό υλικό, έκπτωση σε διάφορα εκπαιδευτικά προγράμματα, πρόσβαση στο ενημερωτικό δελτίο και τα ηλεκτρονικά περιοδικά του Φόρουμ.

ΒΗΜΑ 3.

Για να γίνουν συνεργάτες, οι οργανισμοί πρέπει να συμφωνούν με τις δηλωμένες αξίες και αρχές του Φόρουμ, να μοιράζονται μια κοινή πεποίθηση σχετικά με τη φροντίδα των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών αναγκών των παιδιών και να προσφέρουν την εκπαίδευση τους, τις συμβουλές τους ή την εκπαιδευτική τους εμπειρία για να δημιουργήσουν μια ατμόσφαιρα αμοιβαίας ανταλλαγής οφελών και πρακτικών.

ΒΗΜΑ 4.

Η κοινοπραξία μοιράζεται έναν βασικό ρόλο: ενεργεί βάση της αμοιβαίας ανταλλαγής και παροχής υλικού και υπηρεσιών με βάση το πεδίο γνώσης του κάθε οργανισμού. Ορισμένες επιχειρήσεις, για παράδειγμα, προσφέρουν εκπαίδευση, μαθήματα ηλεκτρονικής μάθησης ή εκπαιδευτικούς πόρους, άλλες επιχειρήσεις ειδικεύονται στον τομέα των εκστρατειών, ενώ άλλες επιχειρήσεις παρέχουν συμβουλευτικές υπηρεσίες για σχολικές πολιτικές ή συμμετοχή στα μέσα μαζικής ενημέρωσης.

ΒΗΜΑ 5.

Το Φόρουμ είναι αφιερωμένο στην προσφορά τεκμηριωμένων προσεγγίσεων που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των παιδιών και των νέων. Προσδιορίζονται τρεις κύριοι στόχοι, στους οποίους βασίζεται ολόκληρη η δομή του Φόρουμ. Οι εκπαιδεύσεις που παρέχονται από οργανισμούς παρέχονται από μια έμπειρη ομάδα περιφερειακών συνεργατών, ενώ προσφέρονται και άλλοι πόροι, όπως καθοδήγηση και συμβουλευτική, εργαλεία ελέγχου, διαδραστικό υλικό και κουίζ.

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Η δημιουργία συνεργασίας είναι ένα βασικό βήμα προς την πλήρη ένταξη των ατόμων με αναπηρίες.
- Οι στρατηγικές συνεργασίες δημιουργούνται από τους ενδιαφερόμενους φορείς που θέλουν να προωθήσουν τις κοινοτικές σχέσεις, να μοιραστούν εμπειρογνωμοσύνη και να προωθήσουν θετικές αλλαγές.
- Οι συνεργασίες χαρακτηρίζονται από κοινό όραμα, αμοιβαίους στόχους, σαφή δέσμευση και επένδυση από όλους τους εταίρους.
- Οι εταίροι μπορούν να είναι οτιδήποτε από κοινωνικές ομάδες μέχρι οργανισμούς, κυβερνητικούς φορείς, ενώσεις, επαγγελματίες και ιδρύματα.
- Ενθαρρύνεται η συμμετοχή ατόμων με αναπηρίες στο σχεδιασμό, την ανάπτυξη και την εφαρμογή προγραμμάτων σχετικά με την εκπαίδευσή τους.
- Υπάρχουν 5 σημαντικά βήματα για την προώθηση στρατηγικών συνεργασιών: αναγνώριση των συνεργατών, προσδιορισμός των οφελών, συνάντηση με τους συνεργάτες, κατανομή ρόλων και αρμοδιοτήτων και ανάπτυξη σχεδίων δράσης.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 4. Γιατί να επικοινωνείτε

Η επικοινωνία αφορά τη γεφύρωση της σχέσης μεταξύ ενός ατόμου / οργανισμού με ένα άλλο άτομο ή μια κοινότητα.

Όταν θέλετε να προσεγγίσετε ένα άτομο ή μια κοινότητα, αρχίζετε αμέσως να κάνετε πολλά πράγματα¹⁶:

βεβαιώνετε ότι το άτομο ή η κοινότητα σας ακούνε

- θέλετε να εξασφαλίσετε την προσοχή τους λέγοντας κάτι που τους ενδιαφέρει
- περιγράφετε συνοπτικά βασικά σημεία και τα χρησιμοποιείτε στη συνομιλία
- εξετάζετε εάν αυτό που έχετε πει είναι πλήρως κατανοητό

Όταν χρησιμοποιείτε λέξεις για επικοινωνία, αναμένεται ότι η γλώσσα θα χρησιμοποιηθεί κατάλληλα. Αυτό συμβαίνει επειδή **οι λέξεις έχουν σημασίες που αντιπροσωπεύουν διάφορες έννοιες μεταξύ διαφορετικών κοινωνικών ομάδων**. Σκεφτείτε τις διαφορές μεταξύ Βρετανικών και Αμερικανικών Αγγλικών¹⁷:

Βρετανικά	Αμερικάνικα
Lifts (ανελκυστήρας)	Elevator (ανελκυστήρας)
Pavement (πεζοδρόμιο)	Sidewalk (πεζοδρόμιο)
Underground (μετρό)	Subway (μετρό)

Ενώ χρησιμοποιούν εντελώς διαφορετικές λέξεις, τόσο τα βρετανικά όσο και τα αμερικανικά αγγλικά αντιπροσωπεύουν τις ίδιες σημασίες. Επομένως, οι λέξεις μπορούν να γίνουν κατανοητές ως σημεία για να υποδείξουν ένα στοιχείο ή μια έννοια, αλλά για να εκπληρώσουν τον επιδιωκόμενο ρόλο τους, πρέπει να δομηθούν με ακρίβεια και προσοχή.

Κατά τη διάδοση ενός μηνύματος, πρέπει να είστε προσεκτικοί ώστε αυτά τα μηνύματα να είναι:

- Άμεσα: με σαφή και συγκεκριμένη σημασία
- Ευθύς: με έκφραση των συναισθημάτων και των σκέψεων «εδώ και τώρα»
- Σαφής: αντανakλώντας με ακρίβεια τις σκέψεις, τις παρατηρήσεις και τα συναισθήματα

¹⁶ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

¹⁷ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

- Τίμια: εκφράζοντας τις πραγματικές μας σκέψεις και μηνύματα

Εργαλεία επικοινωνίας

Για την επίτευξη επικοινωνίας με άλλους μπορούν να χρησιμοποιηθούν πολλά εργαλεία επικοινωνίας, είτε μέσω γραφής είτε μέσω ομιλίας.

Μερικά σημαντικά εργαλεία κατά την διάρκεια ομιλίας¹⁸:

- Φωνή: χρησιμοποιήστε τον κατάλληλο τόνο, ύψος και ένταση φωνής. Όταν χρησιμοποιούνται κατάλληλα φωνητικά στις λέξεις μπορούν να αποκτήσουν συναισθήματα, κάνοντας τις λέξεις έτσι να μεταφέρονται με μια αίσθηση ζεστασιάς, στοργής ή ακόμα και μίσους.
- Γλώσσα του σώματος: «ταιριάζτε» το μήνυμά σας με αυτό που δείχνει το σώμα σας. Όταν επικοινωνείτε επείγον, πρέπει να φαίνετε επείγον, και όταν διαβεβαιώνετε κάτι, το σώμα σας πρέπει να φαίνεται ήρεμο. Οι χειρονομίες ή οι εκφράσεις του προσώπου παρέχουν υποδείξεις για το πόσο θετικά ή αρνητικά πρέπει να λαμβάνεται το μήνυμά μας.
- Βαθύτητα: Η ομιλία επιτρέπει μια άμεση αμφίδρομη επικοινωνία, όπου ένα άτομο μπορεί να λάβει ανατροφοδότηση για να δει αν το άλλο άτομο κατανοεί το μήνυμά μας, θέτοντας ερωτήσεις όπως «συμφωνείτε;» ή «πρέπει να το επαναλάβω;».

Μερικά σημαντικά εργαλεία κατά την διάρκεια γραφής¹⁹:

- Στυλ γραφής: όλες οι γραπτές μορφές πρέπει να είναι ακριβείς, περιεκτικές και επί του θέματος. Δώστε στον αναγνώστη ένα ξεκάθαρο μήνυμα που περιέχει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες που απαιτούνται για να κατανοήσει τη σημασία του.
- Πλοκή: το να γίνουν οι λέξεις πιο «παραστατικές» μπορεί να επιτευχθεί με την αφήγηση μιας ιστορίας που λαμβάνει υπόψη τις ανάγκες της ομάδας-στόχου. Η πλοκή πρέπει να είναι συνεπής, ακολουθώντας ένα συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα και να περιέχει όλα τα απαραίτητα στοιχεία όπως τίτλο, περίληψη, κύριες πληροφορίες και επίλογο. Ένα καλό παράδειγμα είναι η ιστορία του [Malcolm](#):

“Ο οργανισμός Better Together γνώρισε τον Malcom [...] Ο Malcom είναι ένας γοητευτικός, φιλικός, παραδοσιακός και στοργικός άντρας [...] Ο Malcom δεν έχει

¹⁸ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

¹⁹ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

πλέον καμιά οικογένεια στη ζωή του [...] Ο Malcolm χρειαζόταν να αισθανθεί σαν μέρος μιας οικογένειας ξανά [...] Ο οργανισμός Better Together ζήτησε από τον Cecil, έναν συνταξιούχο οικογενειάρχη άντρα που ζει στην περιοχή να ενσωματώσει τον Malcolm στην οικογενειακή του ζωή [...] Ο Cecil περνάει αρκετό χρόνο με τον Malcolm [...] Έχουν αναπτύξει μια σχέση εμπιστοσύνης”.

- Σύνταξη πρότασης: Κατά την διάρκεια γραφής, δεν έχετε την πολυτέλεια να χρησιμοποιείτε τις εκφράσεις του προσώπου σας, καθώς ούτε και οι αναγνώστες μπορούν να κάνουν ερωτήσεις για να κατανοήσουν το νόημα. Επομένως, οι γραπτές προτάσεις σας πρέπει να περιέχουν σωστή ορθογραφία και δομή για να έχουν νόημα.
- Εικονογράφηση: η εικονογράφηση μπορεί να διεγείρει τις εικόνες των αναγνωστών σχετικά με το πώς συμπεριφέρονται τα ιδρύματα ή πόσο επιτυχής είναι. Για παράδειγμα, η προσθήκη εικόνων σε δελτία ειδήσεων για να γίνουν πιο ελκυστικά για τους συντάκτες, δείχνοντας στατιστικούς πίνακες, γραφήματα και διαγράμματα.

Επικοινωνία με άτομα με αναπηρίες

Μερικές φορές, οι άνθρωποι αισθάνονται άβολα να επικοινωνούν με ευάλωτα άτομα ή ομάδες με αναπηρίες, επειδή ανησυχούν να μην τους προσβάλλουν ή δεν γνωρίζουν να εφαρμόζουν κατάλληλες στρατηγικές επικοινωνίας. Η ιστορία της Tanya, μιας νεαρής εργαζόμενης υποστήριξης, η οποία βοήθησε την Sally η οποία είναι άτομο με αναπηρία, μοιράστηκε την εμπειρία της όταν επισκέφτηκαν το γιατρό της Sally για να πάρουν μια συνταγή για αντιβιοτικά²⁰:

“Ο γιατρός επέμεινε να καθίσω εκεί όπου ο ασθενής θα καθόταν κανονικά. Ένιωσα άβολα, κάθισα και ο γιατρός ξεκίνησε να μου μιλάει για το συνέβαινε στη Sally. Δεν την κοίταξε ούτε και μια φορά, δεν της απεύθυνε τον λόγο ή δεν αναγνώρισε με οποιοδήποτε τρόπο ότι ήταν εκεί παρούσα. Γύρισα αυτόματα σε αυτήν και την ρώτησα αν ήθελε να δείξει στον γιατρό κάποια από τις φωτογραφίες στο βιβλίο της. Η Sally το άνοιξε, αλλά ο γιατρός την απέρριψε και μου μίλησε ξανά, σαφώς εκνευρισμένος, και αυτή τη φορά πιο έντονα. Περιέγραψα τα συμπτώματά της και μέσα σε λίγα λεπτά, ήμασταν και οι δύο έξω από το ιατρείο με μια συνταγή για αντιβιοτικά”.

Η αφήγηση της Tanya μας υπενθυμίζει ότι η αποτυχία καθιέρωσης μιας προσέγγισης άμεσης επικοινωνίας με τέτοια άτομα τους κάνει να νιώθουν ασέβεια και ασήμαντα, ενώ τους αφαιρούν την ευκαιρία να εκφράσουν τη δική τους κατάσταση. Αυτή η [ταινία μικρού μήκους](#) φτιάχτηκε από μια φιλανθρωπική οργάνωση με έδρα το Ηνωμένο Βασίλειο και παρουσιάζει μερικές συμβουλές επικοινωνίας για άτομα με μαθησιακή αναπηρία.

²⁰ McCulkin, M. (2016) *Communicating with people with a disability*. Ανακτήθηκε από <https://www.endeavour.com.au/media-news/blog/communicating-with-people-with-disability>

Ακολουθούν μερικές γενικές συμβουλές κατά την επικοινωνία με άτομα με αναπηρίες²¹:

- **ΧΑΛΑΡΩΣΤΕ!** τα άτομα με αναπηρίες είναι φυσιολογικά άτομα όπως εσύ και εγώ.
- **ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΑΠΛΗ ΓΛΩΣΣΑ**
- **ΣΤΑΜΑΤΗΣΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ:** απλώς και μόνο επειδή ένα άτομο κάθεται σε αναπηρική καρέκλα δεν τον κάνει εντελώς παράλυτο
- **ΔΙΑΤΗΡΕΙΣΤΕ ΟΠΤΙΚΗ ΕΠΑΦΗ:** μην χαμηλώνετε το κεφάλι σας ή μην γυρίζετε όταν μιλάτε, αλλά μιλήστε απευθείας προς το άτομο
- **ΑΚΟΥΣΤΕ:** ακούστε τι έχουν να σας πουν, μπορεί να μάθετε πολλά
- **ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΣΤΕ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ:** χειρονομίες, εκφράσεις του προσώπου, γλώσσα του σώματος και διαφορετικούς τόνους φωνής ή διαφορετική ένταση ήχου. Επίσης, διάφορες μορφές επικοινωνίας (σχέδια, σχήματα, γραφή, ομιλία κ.λπ.)
- **ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΥΠΟΜΟΝΕΤΙΚΟΣ:** δώστε χρόνο στους ανθρώπους να κατανοήσουν πλήρως το μήνυμά σας. Αν χρειαστεί επαναλάβετε ξανά χωρίς να δείξετε απογοήτευση.

Η γλώσσα είναι σημαντική

Η έκφραση φράσεων όπως κανονικό άτομο" ή "με ειδικές ανάγκες" θα θεωρηθεί προσβλητική και θα δημιουργήσει σοβαρά προβλήματα στην προσπάθειά σας να δημιουργήσετε αποτελεσματική επικοινωνία. Για να βρείτε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την επικοινωνία, πηγαίνετε στην Ενότητα 3 "Μαλακές δεξιότητες, Αλληλεπίδραση στη διαδικασία εκμάθησης και εκτέλεσης, επικοινωνία και γλώσσες για προσέγγιση ατόμων με αναπηρίες σύμφωνα με τις σωματικές ή τις διανοητικές τους αναπηρίες".

Φυσικά, υπάρχουν διαφορετικές επικοινωνιακές προσεγγίσεις για άτομα με διαφορετικές μορφές αναπηριών. Το πρόγραμμα Advancing Care Excellence for Persons with Disabilities (ACE.D) έχει παρουσιάσει μια [λίστα με συστάσεις](#) για την προώθηση της επικοινωνίας με αυτές τις διαφορετικές μορφές.

²¹ National Disability Coordination Officer Program (n.d.) *Communicating effectively with people with disabilities*. Ανακτήθηκε από https://www.westernsydney.edu.au/_data/assets/pdf_file/0009/887931/NDCO_Communicating_effectively.pdf

Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Οι καλές δεξιότητες επικοινωνίας είναι πολύ σημαντικές για την οικοδόμηση σχέσεων μεταξύ ενός ατόμου και ενός άλλου ατόμου ή ομάδας.
- Οι λέξεις είναι σαν σήματα που υποδηλώνουν μια έννοια, μια ιδέα ή ένα αντικείμενο, και όταν δομηθούν κατάλληλα, μεταφέρουν το μήνυμα που θέλουμε να διαδώσουμε.
- Υπάρχουν σημαντικές διαφορές μεταξύ της προφορικής και της γραπτής γλώσσας.
- Η χρήση εικόνων για απεικόνιση διευκολύνει την κατανόηση του μηνύματος πιο εύκολα.
- Η επίτευξη επικοινωνίας με άτομο με αναπηρία είναι πιο δύσκολη και απαιτεί περισσότερη προσπάθεια σε σύγκριση με άτομα χωρίς αναπηρία.
- Η γλώσσα είναι ζωτικής σημασίας κατά την αντιμετώπιση ατόμων με αναπηρία, καθώς οποιαδήποτε λέξη που θεωρείται ως «αρνητική γλώσσα» μπορεί να βλάψει ή να προσβάλει αυτό το άτομο.

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ 5. Τι είναι οι Σχέσεις με τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης

Τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) είναι τα μέσα με τα οποία οι επωνυμίες, τα ιδρύματα, οι επιχειρήσεις στέλνουν μηνύματα στους δέκτες τους προκειμένου να προωθήσουν κάτι. Η επιλογή της δημοσίευσης μπορεί να είναι οτιδήποτε, από έναν απλό τίτλο, μια ιστορία, ένα άρθρο ή ένα σύνολο εικόνων.

Υπάρχει μεγάλη ποικιλία ΜΜΕ, για παράδειγμα:

- Ο τύπος (εφημερίδες, περιοδικά, ενημερωτικά δελτία)
- Το ραδιόφωνο (προγράμματα ειδήσεων, εκπομπές, ανακοινώσεις δημόσιας υπηρεσίας)
- Η τηλεόραση (ειδήσεις, εκπομπές, συνεντεύξεις)
- Οι επιδείξεις (στο κατάστημα, στο σπίτι, εκθέσεις)
- Οι χορηγίες

Για να μεταβιβαστεί η επικοινωνία μέσω των διάφορων καναλιών, τα άτομα τα οποία εργάζονται στα ΜΜΕ επιλέγουν τι θα δημοσιεύσουν μέσω της επαφής με το στοχευόμενο κοινό που ελέγχει τα κανάλια επικοινωνίας τους. Η κύρια δουλειά τους είναι να οικοδομήσουν μια αμοιβαία επωφελή σχέση μαζί τους. Τα ΜΜΕ είναι το προτιμότερο κανάλι για σύνδεση με το κοινό, επειδή το κοινό βλέπει τις δημοσιογραφικές καλύψεις ως το πιο αξιόπιστο μέσο για την λήψη πληροφοριών.

Υπό αυτή την έννοια, **οι σχέσεις με τα ΜΜΕ μπορούν να οριστούν ως η δράση που αναλαμβάνεται για «καθιέρωση, ανάπτυξη και διατήρηση σχέσεων με άτομα σε ΜΜΕ που σχετίζονται με έναν οργανισμό με στόχο τη μεγιστοποίηση της πιθανότητας εξασφάλισης ευνοϊκής εκπροσώπησης και μεταχείρισης»²²**. Η εφαρμογή των σχέσεων με τα ΜΜΕ είναι μια επικερδής κατάσταση, τόσο για τους δημοσιογράφους που έχουν εύκολη πρόσβαση σε ιδέες για θέματα και πηγές, όσο και για επαγγελματίες που κερδίζουν δημοσιότητα και προώθηση των υπηρεσιών τους.

Τύποι εκδηλώσεων ΜΜΕ²³

²² How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

²³ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

MME	Περιγραφή	Χρήση	Χαρακτηριστικά
Συνέντευξη Τύπου	Μια συνάντηση για συντάκτες, δημοσιογράφους και άλλους ειδησεογραφικούς φορείς που συγκεντρώνονται για να λάβουν πληροφορίες και να θέσουν ερωτήσεις ή να συζητήσουν σχετικά με κάτι	Για γενικές ανακοινώσεις	Οι διασκέψεις πρέπει να παρέχουν ακριβή και σύντομα γεγονότα Η φιλοξενία είναι απαραίτητη – αναψυκτικά, ελαφριά γεύματα ή σνακ, τσάι ή καφέ
Εκδήλωση MME	Οποιαδήποτε άτυπη συγκέντρωση των MME σε μια εκδήλωση που διοργανώνεται από έναν οργανισμό	Για να γιορτάσει κάτι αξιοσημείωτο που δικαιολογεί την πρόσκληση των MME (π.χ. επέτειος, τελετή απονομής βραβείων)	Οι τοπικές εκδηλώσεις θα προσελκύσουν το ενδιαφέρον των τοπικών MME Μια ευκαιρία συνάντησης και γνωριμίας μεταξύ ατόμων Παροχή αναψυκτικών, γευμάτων ή σνακ (ανάλογα με το τύπο της εκδήλωσης και την χρονική στιγμή) Οι φωτογράφοι χρειάζονται ώστε να παρέχουν τις φωτογραφίες που θα χρησιμοποιήσουν τα MME
Δεξίωση Τύπου	Πρωινές συναντήσεις, γεύματα, δείπνα, κοκτέιλ πάρτι, διανυκτερεύσεις	Άτυπες συναντήσεις για δημοσιογράφους ώστε να συναντήσουν ανώτερα διευθυντικά στελέχη ή προέδρους, ώστε να λάβουν μια ενημέρωση ιστορικού ή να ακούσουν τις προτάσεις τους	Όλες οι δεξιώσεις του Τύπου πρέπει να περιλαμβάνουν τροφοδοσία καλής ποιότητας, και μερικές φορές διανυκτέρευση Οι ομιλίες πρέπει να περιορίζονται στο ελάχιστο Η πρόσκληση πρέπει να υποδεικνύει κατά προσέγγιση το χρόνο λήξης
Επίσκεψη εγκαταστάσεων	Οι δημοσιογράφοι είναι καλεσμένοι ώστε να επισκεφθούν μια εγκατάσταση	Η επίσκεψη θα βοηθήσει τους δημοσιογράφους να συλλέξουν πληροφορίες για να δημιουργήσουν μετά μια ειδησεογραφική κάλυψη (π.χ. μέσω του Τύπου)	Η φιλοξενία μιας επίσκεψης σε μια εγκατάσταση απαιτεί χρόνο, προσπάθεια και προσεκτικό σχεδιασμό Η ομάδα υποδοχής πρέπει να είναι έμπειρη και καλά προετοιμασμένη Η επίσκεψη πρέπει να είναι ένας συνδυασμός εργασίας, ξεκούρασης και χρόνου αναψυχής

Προσωπική Συνέντευξη	Οι προσωπικές ιστορίες και αφηγήσεις με βασικούς ομιλητές που δημιουργούν αποκλειστικό υλικό για δελτία ειδήσεων	Υποβολή διεξοδικών ερωτήσεων και κοινοποίηση εμπειριών ή εμπειρογνωμοσύνης	Οι συνεντεύξεις επιτρέπουν την αποκλειστική αλληλεπίδραση ενός ατόμου με ένα άλλο άτομο Είναι καλό για τον συνεντευξιζόμενο να γνωρίζει τον δημοσιογράφο πριν από τη συνέντευξη και να είναι εξοικειωμένος με τα ΜΜΕ που εκπροσωπεί Παροχή λεπτομερειών σχετικά με το θέμα που ενδιαφέρεται ο δημοσιογράφος να μάθει
------------------------------------	---	---	---

Ένα παράδειγμα ειδησεογραφικών ΜΜΕ

Ρίξτε μια ματιά σε αυτό το [άρθρο](#) που προωθεί τα κινητά τηλέφωνα (smartphones) με δυνατότητα Μπράιγ (Braille), τα οποία βοηθούν τα άτομα με τύφλωση. Τα κύρια στοιχεία του άρθρου είναι ορατά, όπως ένας αξιοπρόσεκτος τίτλος, μια ελκυστική εισαγωγή και μια εικόνα που απεικονίζει μοντέλα κινητών τηλεφώνων (smartphones). Είναι σαφές ότι το άρθρο προσπαθεί να προωθήσει τα καινοτόμα και μοναδικά χαρακτηριστικά αυτής της συσκευής, καθώς και τις προσπάθειες παροχής βοήθειας σε άτομα με αναπηρίες.

27,503 views | Apr 24, 2013, 12:23pm

Breakthrough Braille Smartphones For The Blind

Karsten Straus Former Staff

This article is more than 2 years old.

It's appropriate, I think, to take a moment to reflect on how not everyone is experiencing the tablet and mobile reality the same way. Think about how devices like smartphones might feel to you if you were blind. You'd still reap benefits, but the interaction with the device would be altogether different.



Conceptual models of the Braille-enabled smartphone. (image: Kriyate.org)

Εσφαλμένες παρουσιάσεις;

Οι σχέσεις με τα ΜΜΕ είναι ένα ισχυρό εργαλείο αμφίδρομης διαδικασίας που μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά του κοινού. Τα ΜΜΕ μπορούν να ευαισθητοποιήσουν και να αυξήσουν την αξία ενός προϊόντος, αλλά μπορούν επίσης να προωθήσουν τις διακρίσεις και τις αδικίες, ή να καταστρέψουν την δημόσια εικόνα ενός οργανισμού.

Αυτό είναι πολύ πιο περίπλοκο όταν καλύπτει θέματα σχετικά με την αναπηρία. Τα άτομα με αναπηρίες συχνά υποδεικνύονται αφελείς και θύματα, που πρέπει να ξεπεράσουν τα εμπόδια τους και να γίνουν «υπερήρωες» που επιτυγχάνουν σπουδαία πράγματα. Όταν ο Terry Fox, ένας Καναδός αθλητής με τεχνητό άκρο, πέθανε μετά από την μάχη που έδωσε με τον καρκίνο, πολλές δημοσιογραφικές ειδήσεις (όπως [αυτή](#)) παρουσίασαν τον Fox ως «ήρωα». Μετά από αυτό, αρκετοί κατηγορήσαν τα ΜΜΕ ότι επαίνεσαν τον Fox για τα επιτεύγματα του ως αθλητή, ωστόσο απέτυχαν να καταλάβουν την αίσθηση αποτυχίας που ανέπτυξαν προς τα άτομα με αναπηρίες που δεν πέτυχαν κάτι αξιοσημείωτο, όπως έκανε ο Fox. Η ιστορία του πέτυχε να

συγκεντρώνει χρήματα για τον καρκίνο, ωστόσο πυροδότησε την οργή των ατόμων με αναπηρίες, οι οποίοι παρείχαν ήδη τις υπηρεσίες τους και ήταν χρήσιμοι προς την κοινωνία.

Σχεδιασμός εκδηλώσεων στα ΜΜΕ

Δεν είναι ποτέ αρκετό το να καλέσετε τους άλλους για μια εκδήλωση. Πρέπει επίσης να την παρουσιάσετε και να την πλασάρετε στα ΜΜΕ. Μια εκδήλωση στα ΜΜΕ πρέπει να επιτύχει τα ακόλουθα:

- να είναι αξιοδημοσίευτη και σχετική με τις ανάγκες των ΜΜΕ και των οργανισμών
- να μεταφέρει το προοριζόμενο μήνυμα
- να δημιουργήσει μια εικόνα αξίας τόσο για τα ΜΜΕ όσο και για τους οργανισμούς

Επιτυχία σημαίνει να βασίζεστε σε ένα σταθερό πλάνο που θα επιφέρει τα καλύτερα αποτελέσματα. Να θυμάστε ότι πρέπει να εστιάζετε στην παροχή βοήθειας προς τους εκπροσώπους των ΜΜΕ για να ενημερώνουν καλύτερα το κοινό, ωστόσο είναι δική σας δουλειά να παρέχετε συνοπτικές πληροφορίες που θα αποτελέσουν μια πολύτιμη ιστορία.

Μερικά σημαντικά βήματα για να ξεκινήσετε ένα πλάνο σχέσεων με τα ΜΜΕ²⁴:

- **ΓΝΩΡΙΣΤΕ ΤΑ ΜΜΕ:** Διεξάγετε έρευνα για να μάθετε τι καλύπτουν οι οργανισμοί των ΜΜΕ, ποιο κοινό προσεγγίζουν και πως επιθυμούν να λαμβάνουν το υλικό τους.
- **ΚΑΘΙΕΡΩΣΤΕ ΣΧΕΣΕΙΣ:** Διατηρήστε επαγγελματικές σχέσεις με συντάκτες και δημοσιογράφους, αρθρογράφους κ.λπ. Κρατήστε τους ενημέρους με τα τελευταία νέα και ενημερώσεις.
- **ΣΚΕΦΤΕΙΤΕ ΤΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ:** Αξίζουν οι ιστορίες σας να δημοσιευτούν; Παρέχετε υπηρεσίες και αξίες; Η δημοσίευσή σας θα έχει θετικό αντίκτυπο;
- **ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΤΕ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΠΟΥ ΣΤΟΧΕΥΕΤΕ:** Η ιστορία ή το προϊόν πρέπει να σχετίζεται με το στοχευόμενο κοινό όσον αφορά το περιεχόμενο και τον σκοπό. Εάν, για παράδειγμα, ο αναγνώστης σας είναι άτομο με αναπηρία, πρέπει να διασφαλίσετε ότι οι φωτογραφίες, τα βίντεο και το κείμενο είναι προσβάσιμα σε αυτό.
- **ΣΥΝΤΑΞΤΕ ΜΙΑ ΛΙΣΤΑ ΕΠΑΦΩΝ ΓΙΑ ΤΑ ΜΜΕ:** Όλες οι επιχειρήσεις λειτουργούν με δίκτυα επαφών, έχοντας ένα δίκτυο σας βάζει αμέσως ένα βήμα μπροστά από τους άλλους. Κρατήστε ένα αρχείο προσωπικών στοιχείων, ώστε να έχετε πρόσβαση στα σωστά άτομα για τον οργανισμό σας.

...ΑΚΟΜΗ ΚΑΙ ΜΙΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΑ ΜΜΕ ΠΡΕΠΕΙ ΕΠΙΣΗΣ ΝΑ ΑΞΙΟΛΟΓΕΙΤΑΙ

Ένα ουσιαστικό βήμα μετά το σχεδιασμό και την εκτέλεση είναι ο έλεγχος των

²⁴ How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.

ενεργειών που έχουν πραγματοποιηθεί προκειμένου να οριστικοποιηθεί η στρατηγική για τις εκδηλώσεις στα ΜΜΕ, να εντοπιστούν λάθη και να προσαρμοστούν οι πολιτικές ή οι στρατηγικές των ΜΜΕ σας. **Οι οργανισμοί πρέπει να έχουν πολιτική σχετικά με τα ΜΜΕ που να εξισορροπεί τις ανάγκες των ενδιαφερόμενων φορέων με τα αναμενόμενα ενδιαφέροντα των ΜΜΕ, για να αποφασίζουν ποιοι πάροχοι ΜΜΕ είναι κατάλληλοι για κάθε θέμα.** Μπορείτε επίσης να δείτε αυτό το [βίντεο](#) για μια πιο διεξοδική επισκόπηση του τρόπου βελτίωσης της στρατηγικής σας για τις σχέσεις με τα ΜΜΕ.

Η δύναμη των εικόνων

Η αφήγηση μιας ιστορίας ή η προώθηση μιας ιδέας μπορεί να περιλαμβάνει οπτικό υλικό όπως εικόνες ή βίντεο, και αυτό μπορεί επίσης να επηρεάσει το κοινό και τις ομάδες-στόχους. Μερικές φορές, οι εικόνες είναι το μόνο που χρειάζεται για να προωθήσει κάτι. Συγκρίνετε τις δύο πιο κάτω εικόνες από δελτία ειδήσεων σχετικά με την Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία. Στην [πρώτη δημοσίευση](#), επιλέχθηκε μια εικόνα που απεικονίζει μια ομάδα ατόμων να βοηθάνε άλλα άτομα με σωματική αναπηρία, προωθώντας έτσι τα συναισθήματα της κοινοτικής υποστήριξης και της ανιδιοτέλειας. Στη [δεύτερη δημοσίευση](#), έχουν επισυνάψει μια απλή εικόνα που απεικονίζει μια αναπηρική καρέκλα και το χέρι ενός ατόμου που ακουμπάει το τροχό, χωρίς να δείχνει το πρόσωπο του, καθιστώντας έτσι την εικόνα λιγότερο προσωπική και πιο γενική. Επομένως, η διαδικασία επιλογής για την υποστήριξη μιας ιστορίας θα επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο το αντιλαμβάνονται οι αναγνώστες, ενώ επίσης το στοχευόμενο κοινό μπορεί να είναι διαφορετικό.



Περίληψη – τι έχουμε μάθει

- Οι σχέσεις με τα ΜΜΕ αφορούν την δημιουργία και τη διατήρηση σχέσεων με άτομα που εργάζονται στα ΜΜΕ, προκειμένου να εξασφαλιστεί η κατάλληλη εκπροσώπηση ενός οργανισμού ή μιας οντότητας.
- Η συμμετοχή σε πρακτικές των σχέσεων με τα ΜΜΕ είναι επωφελής τόσο για τους επαγγελματίες όσο και για τους φορείς των ΜΜΕ.
- Υπάρχουν πέντε βασικοί τύποι εκδηλώσεων ΜΜΕ: Συνεντεύξεις Τύπου, Εκδηλώσεις ΜΜΕ, Δεξιώσεις Τύπου, Επισκέψεις σε εγκαταστάσεις και Προσωπικές συνεντεύξεις.
- Οι ειδησεογραφικές καλύψεις έχουν την δύναμη να επηρεάζουν την δημόσια συμπεριφορά είτε πολύ αρνητικά είτε πολύ θετικά, ανάλογα με το είδος της γλώσσας, των εικόνων και του στυλ γραφής που χρησιμοποιείται.
- Οι εκδηλώσεις ΜΜΕ απαιτούν μεγάλη προετοιμασία, δράση και αξιολόγηση. Κανένα από τα τρία βήματα δεν πρέπει να αποφεύγεται ή να μην εφαρμόζεται πλήρως
- Οι ειδησεογραφικές καλύψεις δεν πρέπει απαραίτητα να αφορούν λέξεις, αλλά μερικές φορές οι εικόνες ή οι φωτογραφίες αφηγούνται τόσο ισχυρές ιστορίες όσο και οι λέξεις.

ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

1. Οι κοινοτικές σχέσεις αναφέρονται σε...

- α) Μεθόδους που χρησιμοποιούνται για την επίλυση ενός συγκεκριμένου ζητήματος στην κοινότητα.
- β) Μεθόδους που χρησιμοποιούνται για το σχηματισμό στρατηγικών συνεργασιών με διάφορες ομάδες-στόχους και ενδιαφερόμενους φορείς για μια κοινή αποστολή.
- γ) Μεθόδους που χρησιμοποιούνται για τη δημιουργία και τη διατήρηση σχέσεων με μια κοινότητα.
- δ) Μεθόδους που χρησιμοποιούνται για την μετάδοση ενός μηνύματος αποτελεσματικά προκειμένου να προωθήσουν ή να επικοινωνήσουν κάτι.

2. Οι συνεργασίες χαρακτηρίζονται από:

- α) Ένα κοινό όραμα.
- β) Κοινούς στόχους, οφέλη και αίσθηση σεβασμού.
- γ) Σαφής δέσμευση για το στόχο και την επένδυση από όλους τους συνεργάτες.
- δ) Όλα τα παραπάνω.

3. Όταν απευθύνεστε σε άτομα με αναπηρίες, η χρήση κατάλληλης γλώσσας ή άμεσης επικοινωνίας δεν έχει μεγάλο αντίκτυπο για τη δημιουργία μιας καλής σχέσης.

- α) Σωστό. β) Λάθος

4. Όταν τα ενδιαφερόμενα μέρη γίνονται υπεύθυνα για προγράμματα / εκπαιδεύσεις σχετικά με τη σεξουαλική εκπαίδευση ατόμων με αναπηρία, τα βασικά αποτελέσματα που επιτυγχάνονται είναι:

- α) Οι άνθρωποι έχουν την εξουσία να υπερασπίζονται τα δικαιώματά τους και να υποστηρίζουν τη δημιουργία μιας ισότιμης ποικιλόμορφης κοινωνίας.
- β) Οι άνθρωποι μπορούν να λαμβάνουν αποφάσεις για τη ζωή και την υγεία τους
- γ) Οι άνθρωποι συμμετέχουν σε υγιείς, ευτυχισμένες και συναινετικές σχέσεις και αναπαραγωγικές εμπειρίες.
- δ) Όλα τα παραπάνω.

5. Οι σχέσεις με τα μέσα μαζικής ενημέρωσης τείνουν να παρουσιάζουν τα άτομα με αναπηρίες ως αγαθούς/αφελείς ή «υπερήρωες».

- α) Σωστό β) Λάθος

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΤΑΞΗ

Εργαλεία και απαιτούμενο υλικό για τις δραστηριότητες

- PC/ laptop/ tablet
- Σύνδεση στο διαδίκτυο
- Φύλλα χαρτιού



Δραστηριότητα 1 – Πρόγραμμα Κοινωνικών Σχέσεων

Φανταστείτε ότι είστε ο διευθυντής ενός ΜΚΟ που δημιουργεί προγράμματα για την ένταξη των ατόμων με αναπηρίες στην κοινότητα. Ο στόχος σας είναι να προωθήσετε μια εκπαιδευτική σειρά για την αναπαραγωγική υγεία για τους νέους. Σύμφωνα με τις παρακάτω κατευθυντήριες γραμμές, γράψτε μια σύντομη έκθεση για να εξηγήσετε το σκοπό του προγράμματος:

- Ορίστε τους στόχους- τι σκοπεύει να κάνει το πρόγραμμα;
- Ορίστε τα ενδιαφερόμενα μέρη του προγράμματος- ποιες οργανώσεις, ομάδες κοινοτήτων, ιδρύματα θα απευθυνθείτε στην ομιλία σας;
- Θέλετε να δημιουργήσετε οποιοδήποτε είδος συνεργασίας; Πρόκειται να εμπλέξετε περισσότερες από μια οντότητες;
- Προσδιορίστε συγκεκριμένες πολιτικές και κατευθυντήριες γραμμές για τα ενδιαφερόμενα μέρη σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο θα πρέπει να συμπεριφέρονται και να αντιμετωπίζουν τους νέους.
- Ποιοι είναι οι ειδικοί ρόλοι του (των) εμπλεκόμενων μερών;



Δραστηριότητα 2: Η Δύναμη των Εικόνων

Το 2018, η Getty Images συνεργάστηκε με την Verizon Media και την National Disability Leadership Alliance για τη δημιουργία μιας [Συλλογής Εικόνων](#) με διάφορες αναπηρίες. Στόχος τους ήταν να δείξουν ότι οι εικόνες έχουν τη δύναμη να διαμορφώσουν ιδέες και να αναδείξουν ποικίλες αφηγήσεις που μπορούν να αλλάξουν τις αντιλήψεις των ανθρώπων, να εγείρουν ενσυναίσθηση και να εργαστούν για την οικοδόμηση μιας καλής κοινότητας. Δείτε τη συλλογή και απαντήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις:

- Τι μήνυμα και συναισθήματα έχει σκοπό να προάγει η συλλογή;

- Επιτυγχάνουν οι εικόνες να πουν μια ιστορία ή να προωθήσουν κάποια συγκεκριμένη ιδέα ή αξία;
- Φανταστείτε ότι είστε ο δημιουργός της Συλλογής Αναπηρίας και θέλετε να προωθήσετε μέσω των μέσων ενημέρωσης. Προετοιμάστε ένα σχέδιο για το πως θα το επιτύχετε αυτό, λαμβάνοντας υπόψη τα ακόλουθα:
 - Έχετε συγκεκριμένες επαφές με τα μέσα ενημέρωσης που μπορείτε να ανατρέξετε;
 - Τι συναισθήματα και ιδέες θέλετε να μεταδώσετε; (να θυμάστε- το περιεχόμενο και η γλώσσα είναι σημαντικά!)
 - Ποιο ακροατήριο πρόκειται να στοχεύσετε;
 - Τι μέσα θέλετε να χρησιμοποιήσετε; (μέσα κοινωνικής δικτύωσης, εφημερίδα, περιοδικό, ραδιόφωνο);



Ενότητα 5

Εκτυπώστε αρκετές φωτογραφίες από τη [Συλλογή Αναπηρίας](#) και τοποθετήστε τις σε ένα τραπέζι ανάποδα. Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε ομάδες των 3. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να επιλέξουν μια φωτογραφία τυχαία.

Στη συνέχεια, ζητήστε να πάνε στις ομάδες τους και ο καθένας πρέπει να παρουσιάσει στους άλλους την εικόνα που έχει και να συζητήσει το μήνυμα το μήνυμα και τα συναισθήματα της εικόνας για 10 λεπτά.

Ενημέρωση: Σκοπός της Συλλογής Αναπηρίας είναι να δείξει ότι οι εικόνες έχουν τη δύναμη να διαμορφώσουν ιδέες και να ανυψώσουν διαφορετικές αφηγήσεις που μπορούν να αλλάξουν τις αντιλήψεις των ανθρώπων, να προκαλέσουν ενσυναίσθηση και να εργαστούν για την οικοδόμηση μιας καλής κοινότητας. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να μοιραστούν κάτι που θεώρησαν ότι ήταν ενδιαφέρον για τη δραστηριότητα (π.χ. αν έβρισκαν κοινά πράγματα, εάν παρατήρησαν κάτι που αξίζει να σημειωθεί και να αναφερθεί κ.λ.π).

Παρακολουθήστε το πιο κάτω βίντεο:

ΓΛΩΣΣΑΡΙ

- **Εργαλεία επικοινωνίας:** έντυπα ή προφορική ή γραπτή επικοινωνία που επιτρέπουν την αλληλεπίδραση μεταξύ αποστολέα και παραλήπτη ενός μηνύματος.
- **Επικοινωνία:** Ικανότητα επικοινωνίας τόσο προφορικά όσο και γραπτά σε διάφορες καταστάσεις με τη χρήση διάφορων μέσων και εργαλείων, προκειμένου να συνδεθούν αποτελεσματικά με άλλους.
- **Κοινωνικές σχέσεις:** Οι μέθοδοι που χρησιμοποιούνται για τη δημιουργία και τη διατήρηση ωφέλιμων σχέσεων με την κοινότητα στην οποία δραστηριοποιείται ή συνεργάζεται ένας οργανισμός.
- **Εκδηλώσεις ΜΜΕ :** Εκδηλώσεις ή δραστηριότητες που καλύπτονται από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης ή φιλοξενούνται με γνώμονα τα ΜΜΕ προκειμένου να αποκτήσουν δημοσιότητα στα μέσα ενημέρωσης.
- **Σχέσεις ΜΜΕ :** Δημιουργία και διατήρηση μιας σχέσης με άτομα που εργάζονται στα μέσα ενημέρωσης με σκοπό την ενημέρωση ή την προώθηση της αποστολής, των πολιτικών και των πρακτικών ενός οργανισμού, με θετικό και αξιόπιστο τρόπο.
- **ΜΜΕ:** Διάφορα μέσα επικοινωνίας που χρησιμοποιούνται για να προσεγγίσουν ή να επηρεάσουν ευρέως τις δημόσιες ομάδες (π.χ. ραδιόφωνο, τηλεόραση, εφημερίδες, περιοδικά, διαδίκτυο).
- **Συνεργασία πολλαπλών ενδιαφερομένων:** Στρατηγική συνεργασία μεταξύ κυβερνήσεων, επιχειρήσεων, κοινωνίας των πολιτών και άλλων φορέων για την επίλυση ενός κοινού προβλήματος ή πρόκλησης.
- **Ενδιαφερόμενος:** Ένα άτομο, ομάδα ή οργάνωση που ενδιαφέρεται για ένα έργο ή εταιρεία και μπορεί να επηρεάσει ή να επηρεαστεί από την επιχείρηση.
- **Στρατηγική Συνεργασία:** Μια οργανωμένη συνεργασία μεταξύ δύο εταιρειών ή οργανισμών για την επίτευξη ενός κοινού στόχου.

Βιβλιογραφία

- A History of Disability: from 1050 to the Present Day. (n.d.). Retrieved from <https://historicengland.org.uk/research/inclusive-heritage/disability-history>.
- ACTION ON HEARING LOSS. Products and technology to help with hearing loss. <https://www.actiononhearingloss.org.uk/live-well/products-and-technology/products-and-technology-to-help-with-hearing-loss/>
- ADCOCK Bev, REMUS Michael L. Disability Awareness Activity Packet. <https://www.dvusd.org/cms/lib/AZ01901092/Centricity/Domain/1318/Disability%20Awareness%20Packet%202.pdf>
- Additional information Notes 1. This paper is an edited version of an invited plenary address to the 19th World Congress for Sexual Health. (n.d.). Sexuality, human rights and safety for people with disabilities: the challenge of intersecting identities. Retrieved from <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14681994.2010.489545>.
- Advancing the Human Rights and Inclusion of LGBTI People. (n.d.). Retrieved from <https://www.pgaction.org/inclusion/>.
- AFDO: Australian Federation of Disability Organizations. Communication with people with disability. <https://www.afdo.org.au/resource-communication-with-people-with-disabilities/>
- ANDERSON, Sara. How technology can help older people with sight issues. <https://abilitynet.org.uk/news-blogs/how-technology-can-help-older-people-sight-issues>
- Arfini E.A.G., Corpi che non contano? Processi di de-sessualizzazione dei disabili e narrazioni personali in Inghilleri M., Ruspini E., Sessualità narrate. Esperienze di intimità a confronto, pp. 101-122, Franco Angeli, Milano, 2011.
- Asch A, Fine M. Disabled women: sexism without the pedestal. In: Deegan MJ, Brooks NA, editors. Women and disability: the double handicap. New Brunswick: Transaction Books; 1985. p. 6–22. <http://scholarworks.wmich.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1456&context=jssw>
- ASHA: American speaking and hearing association. Augmentative and Alternative Communication. <https://www.asha.org/NJC/AAC/>
- BAILEY, Whitney. Misconceptions about Sex and Relationships with a Disability. Available from: <https://ablethrive.com/relationships/misconceptions-about-sex-and-relationships-disability> [accessed Dec-Jan 2020].
- Benakis, T., & European Interest. (2019, February 14). EP calls for measures fully protecting LGBTI people's rights. Retrieved from <https://www.europeaninterest.eu/article/ep-calls-measures-fully-protecting-lgbti-peoples-rights/>.
- Berardi P., Sessualità è Relazione, per realizzare compiutamente se stessi in Alpi V. (a cura di), Il corpo degli altri. Sessualità e disabilità: immagini e nuove prospettive, "HP - Accaparlante", n. 2, pp. 11-13, Erickson, Trento, giugno 2013.
- BLOCK, Pamela, SHUTTLEWORTH, Russell Peter, PRATT, Jacob, BLOCK, Hope, RAMMLER, Linda. Disability, Sexuality and Intimacy. Available from: https://www.researchgate.net/publication/289666458_Disability_Sexuality_and_Intimacy [accessed Dec-Jan 2020].
- Boletín Oficial del Estado - Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo. (2010, March 4).
- Brown, H. (2018, September 10). Forgotten: Reproductive health in women with disabilities . Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=zVBqoXBr4Jo>.

- CLARK, Devi. When You Don't Fit In: The Value of Being Different. Available from: <https://tinybuddha.com/blog/value-of-being-different/> [accessed Dec-Jan 2020].
- Cohn, M. (n.d) Importance of an Effective Community Relations Program. Retrieved from <http://cohnpr.com/Articles/ImportanceofanEffectiveCommunityRelationsProgram/tabid/94/Default.aspx>
- COLLIER, Lorna. Seeking Intimacy: People with Physical Disabilities Fight Hurtful Stereotypes When Looking for Relationship Partners. Available from: <https://www.apa.org/monitor/2017/12/seeking-intimacy> [accessed Dec-Jan 2020].
- COMMITTEE ON THE RIGHTS OF PERSONS WITH DISABILITIES. (n.d.). Retrieved from <https://www.ohchr.org/EN/HRBodies/CRPD/Pages/QuestionsAnswers.aspx>.
- Cooper E., Sexuality and Disability: A Guide for Everyday Practice, CRC Press, 2017.
- Department of Education & Early Childhood Development (2008) *Disability in the Workplace Policy and Guidelines*. Retrieved from <http://www.safod.net/library/files/m28025.pdf>
- Disability and sexuality: claiming sexual and reproductive rights, Renu Addlankha, Janet Price & Shirin Heidari, Pages 4-9, Published online 05 jul 2017 on the journal "Reproductive Health matters" an international journal on sexual and reproductive health and right, volume 25, 2017, issue 50.
- Disability Rights and Sexual Health. (n.d.). Retrieved from <http://www.amchp.org/AboutAMCHP/Newsletters/Pulse/NovDec17/Pages/Disability-Rights-and-Sexual-Health.aspx>
- Disability Rights UK (2014) *INCLUSIVE COMMUNITIES: A research report*. Retrieved from <https://www.disabilityrightsuk.org/sites/default/files/pdf/3.%20InclusiveCommunitiesResearch.pdf>
- DISABLED WORLD. Disability Communication : Etiquette and Communication Methods. <https://www.disabled-world.com/communication/>
- Dredf. (2019, May 15). International Disability Laws Index. Retrieved from <https://dredf.org/legal-advocacy/international-disability-rights/international-laws/>.
- East, L. J., and Orchard, T. R. (2014). Somebody Else's Job: experiences of sex education among health professionals, parents and adolescents with physical disabilities in Southwestern Ontario. *Sex. Disabil.* 32, 335–350.
- Educación Social y Personas con Discapacidades. (n.d.). Retrieved from <http://www.eduso.net/res/?b=8>.
- Employment, Social Affairs & Inclusion. (n.d.). Retrieved from <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1138&langId=en>.
- European Disability Forum. (2019, November 28). Retrieved from <http://www.edf-feph.org/>
- FAMILY CONNECT. Alternative Methods of Communication: An Overview. <https://www.familyconnect.org/info/multiple-disabilities/communication/alternative-methods-of-communication/135>
- FAMILY PLANNING VICTORIA. Physical Disability and Sexuality. Available from: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/ServicesAndSupport/disability-and-sexuality?viewAsPdf=true> [accessed Dec-Jan 2020].
- Forrest, C. J. and Mays, R. H. (1997) *The Practical Guide to Environmental Community Relations*. New York: John Wiley & Sons.
- FRIEDMAN, Carli. Intimate Relationships of People With Disabilities. Available from: https://www.researchgate.net/publication/322861099_Intimate_Relationships_of_People_With_Disabilities#pf31 [accessed Dec-Jan 2020].

- Gatjens, L. F. A., Martel, L. de C. V., Reenen, T. P. van, Lucas, P., Caballero, M. A., Vázquez, D., & Martin, J. P. (2017, November 18). La Negociación de la Sexualidad en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad - Sur - Revista Internacional de Derechos Humanos. Retrieved from <https://sur.conectas.org/es/la-negociacion-de-la-sexualidad-en-la-convencion-sobre-los-derechos-de-las-personas-con-discapacidad/>.
- Googins, B. K. (1997) *Why Community Relations is a Strategic Imperative*. Retrieved from <https://www.strategy-business.com/article/17964?gko=27dcc>
- HAHN, Harlan, BACHARACH, Sharon. Love, Sex and Disability: Maintaining Interest and Intimacy. Available from: http://codi.tamucc.edu/graph_based/.aging/.conf/.sex.htm [accessed Dec-Jan 2020].
- Hallahan, K. (2004) 'Chapter 7: "Community" as a Foundation for Public Relations Theory and Practice, *Communication Yearbook*, 28(1), pp.233-279.
- HEALTH INFORMATION AND QUALITY AUTHORITY. Guidance for Designated Centres: Intimacy and Sexual Relationships. Available from: <https://www.hiqa.ie/sites/default/files/2017-01/Guidance-on-intimacy-and-sexual-relationships.pdf> [accessed Dec-Jan 2020].
- Home. (2019, May 6). Retrieved from <https://www.inclusion-europe.eu/>.
- How to Pass Series (1999) *How to Pass Public Relations: THIRD LEVEL*. London: London Chamber of Commerce and Industry Examinations Board.
- <http://scholarworks.wmich.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1456&context=issw>
- http://www.europealsexology.com/files/WAS_2008.pdf
- <http://www.nln.org/professional-development-programs/teaching-resources/ace-d/additional-resources/communicating-with-people-with-disabilities>
- <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1137>
- <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/ServicesAndSupport/disability-and-sexuality>
- <https://www.disabled-world.com/disability/types/>
- <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2017.00046/full>
- https://www.researchgate.net/publication/228149451_Negotiating_Sexuality_in_the_Convention_on_the_Rights_of_Persons_with_Disabilities.
- <https://www.southportandormskirk.nhs.uk/wp-content/uploads/2019/03/Common-issues-.pdf>
- <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html>
- <https://www.who.int/>
- https://www.who.int/disabilities/world_report/2011/report/en/
- HUNT, X., BRAATHEN, S.H., SWARTZ, L., CAREW, M.T., ROHLER, P. Intimacy, Intercourse and Adjustments: Experiences of Sexual Life of a Group of People with Physical Disabilities in South Africa. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29182006> [accessed Dec-Jan 2020].
- International Labour Force (2010) *Disability in the Workplace: Company Practices*. Retrieved from https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/---ifp_skills/documents/publication/wcms_150658.pdf
- International Planned Parenthood Federation (2017) *DELIVER+ENABLE TOOLKIT: Scaling-up comprehensive sexuality education (CSE)*. Retrieved from <https://www.ippf.org/sites/default/files/2018-03/IPPF%20Deliver%20and%20Enable%20-%20CSE%20Toolkit.pdf>
- Invalidità, handicap e benefici. (n.d.). Retrieved from <http://www.handylex.org/schede/benefici/cod02.shtml>.

- Lascioli A., Pezzetta R., Tosini F., Flori C., Cinquanta di questi giorni. Per pensare la sessualità del disabile intellettivo, Aracne, Roma, 2010.
- LESSELIERS, Joan, VAN HOVE, Geert. Barriers to the Development of Intimate Relationships and the Expression of Sexuality among People with Developmental Disabilities: Their Perceptions. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2511/rpsd.27.1.69?journalCode=rpsd> [accessed Dec-Jan 2020].
- Maggiolini A., La teoria dei codici affettivi di Franco Fornari, Unicopli, Milano, 1988.
- Martinho, M. (n.d.). UN SECRETARIAT OF THE CONVENTION ON THE RIGHTS OF PERSONS WITH DISABILITIES - DISABILITY INDICATORS FOR THE SDG. Retrieved from https://www.cdc.gov/nchs/data/washington_group/meeting15/wg15_session_7_5_martinho.pdf.
- Maxwell J, Belser JW, David D. A health handbook for women with disabilities. Hesperian; 2006. Available from: http://en.hesperian.org/hhg/A_Health_Handbook_for_Women_with_Disabilities
- McCulkin, M. (2016) *Communicating with people with a disability*. Retrieved from <https://www.endeavour.com.au/media-news/blog/communicating-with-people-with-disability>
- MENCAP. Communicating with people with a learning disability. <https://www.mencap.org.uk/learning-disability-explained/communicating-people-learning-disability>
- Milner, P. and Kelly, B. (2009) 'Community participation and inclusion: people with disabilities defining their place', *Disability & Society*, 24(1), pp.47-62.
- Muscati, S., Rodoreda, M. R., Collins, S., Sapin, L., Hancock, S., Pedneault, J., & Communications. (n.d.). Disability Rights. Retrieved from <https://www.hrw.org/topic/disability-rights>.
- NATIONAL AUTISTIC SOCIETY. Communicating. <https://www.autism.org.uk/about/communication/communicating.aspx>
- National Disability Coordination Officer Program (n.d.) *Communicating effectively with people with disabilities*. Retrieved from https://www.westernsydney.edu.au/_data/assets/pdf_file/0009/887931/NDCO_Communicating_effectively.pdf
- ODEP: OFFICE OF DISABILITY EMPLOYMENT POLICY. YOUTH IN TRANSITION: Soft Skills to Pay the Bills —Mastering Soft Skills for Workplace Success. <https://www.dol.gov/odep/topics/youth/softskills/>
- Patil, B., Awaaz, K., & Goswami, P. (2018, May 9). Why Sexual Rights Are Human Rights For People With Disabilities. Retrieved from <https://www.youthkiawaaz.com/2018/05/ever-thought-of-sexuality-and-disability-a-new-working-paper-from-tarshi-explores-this/>
- Porrovecchio A., Sessualità in divenire. Adolescenti, corpo e immaginario, Franco Angeli, Milano, 2012.
- QUEENSLAND GOVERNMENT. Better communication. <https://www.qld.gov.au/disability/community/communicating>
- Reproductive Rights and Women with Disabilities. (n.d.). Retrieved from https://reproductiverights.org/sites/default/files/documents/pub_bp_disabilities.pdf.
- Rifelli G., "Chiudi gli occhi e guardami": gli sguardi degli altri e gli sguardi delle famiglie sul corpo in Alpi V. (a cura di), Il corpo degli altri. Sessualità e disabilità: immagini e nuove prospettive, "HP - Accaparlante", n. 2, pp. 27-30, Erickson, Trento, giugno 2013.
- Schaaf, M. (2017, November 18). La Negociación de la Sexualidad en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad - Sur - Revista Internacional de

- Derechos Humanos. Retrieved from <https://sur.conectas.org/es/la-negociacion-de-la-sexualidad-en-la-convencion-sobre-los-derechos-de-las-personas-con-discapacidad/>
- SCOPE. Talking about Intimacy, Sex and Relationships. Available from: <https://www.scope.org.uk/advice-and-support/talking-about-intimacy-sex-relationships/> [accessed Dec-Jan 2020].
 - Shaaf M. Negotiating sexuality in the convention on the rights of persons with disabilities; 2011.
https://www.researchgate.net/publication/228149451_Negotiating_Sexuality_in_the_Convention_on_the_Rights_of_Persons_with_Disabilities.
 - SMELTZER Suzanne C., MARIANI Bette & MEAKIM Colleen. Communicating with people with disabilities.
 - STACY, Gail. Disability and Sexual Intimacy. Available from: <https://ilc.com.au/2016/03/02/disability-sexual-intimacy/> [accessed Dec-Jan 2020].
 - Swartz, L. (1970, January 1). [PDF] Sexuality, disability and human rights: strengthening healthcare for disabled people.: Semantic Scholar. Retrieved from <https://www.semanticscholar.org/paper/Sexuality,-disability-and-human-rights:-healthcare-Mall-Swartz/ee821ad0fcd6b95da835b3aa5308ceac53367e22>.
 - The Business Communication (n.d.) What is two-way communication? Definition & Importance. Retrieved from <https://thebusinesscommunication.com/two-way-communication-and-importance/>
 - Tilley, E. (2005) 'Media Relations', *Communication in the New Zealand Workplace*, pp.145-160.
 - Timeline. (n.d.). Retrieved from <https://www.humanrights.gov.au/twentytories/timeline.html>.
 - Torrico, E. (2016, September 7). Así son las ONG españolas que facilitan sexo a personas discapacitadas. Retrieved from https://www.elconfidencial.com/sociedad/2016-09-04/sexo-discapacitados-tandem-team-asistencia-sexual_1254701/.
 - Toschi L., Sociologia e sessualità. Modelli, relazioni giovanili e ricerca empirica, Bonanno, Roma, 2009.
 - TRANSITIONS. What is autism? <https://www.transitionsusa.org/communication-skills-for-young-adults-with-learning-disabilities/>
 - Triska M. A., Sexuality and Intellectual Disabilities: A Guide for Professionals, Routledge, 2018.
 - TURNBULL Armony, BRIDGER Fiona. We can all help to improve communication for people with disabilities. <https://theconversation.com/we-can-all-help-to-improve-communication-for-people-with-disabilities-101199>
 - United Nations Children's Fund (2014) *Partnerships, Advocacy and Communication for Social Change*. Retrieved from https://www.unicef.org/eca/sites/unicef.org.eca/files/IE_Webinar_Booklet_7.pdf
 - UNIVERSITY OF CALIFORNIA SAN FRANCISCO. Communicating with People with Hearing Loss. <https://www.ucsfhealth.org/education/communicating-with-people-with-hearing-loss>
 - University of Delaware (n.d.) Identifying Stakeholders and Strategic Partners to Catalyze Change. Retrieved from <https://www.completecommunitiesde.org/>
 - US Department of Labor (n.d.) *Communicating With and About People with Disabilities*. Retrieved from <https://www.dol.gov/odep/pubs/fact/communicating.htm>
 - VAN DER HEIJDEN, Ingrid, HARRIES, Jane, ABRAHAMS, Naeemah. In Pursuit of Intimacy: Disability Stigma, Womanhood and Intimate Partnerships in South Africa. Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13691058.2018.1470256?scroll=top&needAccess=true> [accessed Dec-Jan 2020].

- Veglia F., Manuale di educazione sessuale. Volume 1, Teoria e metodologia, Erickson, Trento, 2004.
- VISION AUSTRALIA. Communicating effectively.
<https://www.visionaustralia.org/information/family-friends-carers/communicating-effectively>
- Viti G., Persone e immagini in Alpi V. (a cura di), Il corpo degli altri. Sessualità e disabilità: immagini e nuove prospettive, “HP – Accaparlante”, n. 2, pp. 18-20, Erickson, Trento, giugno 2013.
- Why Sexual Rights Are Human Rights For People With Disabilities. (2018, May 9). Retrieved from <https://www.youthkiawaaz.com/2018/05/ever-thought-of-sexuality-and-disability-a-new-working-paper-from-tarshi-explores-this/>.
- World Association for Sexual Health (WAS), Sexual Health for the Millennium: A Declaration and Technical Document, 2008
- World Health Organisation. World report on disability. Geneva: World Health Organization; 2001. Available
https://www.who.int/disabilities/world_report/2011/report/en/
- World Health Organization (WHO), Standards for Sexuality Education in Europe, 2011
- World Health Organization and United Nations Population Fund (2009) *Promoting sexual and reproductive health for persons with disabilities WHO/UNFPA guidance note*. Retrieved from https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/srh_for_disabilities.pdf
- *Young Leaders for Disability, Sexual & Reproductive Health & Rights – 2017*. (2018). Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=nPGyx5gKbb8>

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑΣ

Κύπρος

- Επικύρωση της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Υπογεγραμμένο προαιρετικό πρωτόκολλο της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Νόμος L127 (Ο νόμος για τα άτομα με αναπηρίες):
https://www.legislationline.org/download/id/7078/file/Cyprus_Persons with Disabilities Law_2000_am2007_en.pdf.
- Νόμοι και αποφάσεις σχετικά με τα άτομα με αναπηρίες. (χ.χ.). Ανακτήθηκε από <http://www.cyprus.gov.cy/portal/portal.nsf/gwp.getGroup?OpenForm&access=0&SectionId=citizen&CategoryId=Persons with Disabilities&SelectionId=Laws and resolutions regarding persons with disabilities&print=0&lang=en>.
- Ο νόμος περί ίσης μεταχείρισης στην απασχόληση και στην εργασία του 2004: https://www.ilo.org/dyn/natlex/natlex4.detail?p_lang=en&p_isn=84138&p_country=CYP&p_count=451
- Νόμος L 79 (I) 1992 για τη σύσταση του Ταμείου Προνοίας:
https://www.sbaadministration.org/home/legislation/01_02_09_05_ORDINANCES/01_02_09_05_57_ORD_2016/20160804_ORD-17_G1813.pdf
- Έκθεση για την Κυπριακή Δημοκρατία κατά των διακρίσεων σε τομείς. (2003, Ιούνιος). Ανακτήθηκε από [http://www.mjpo.gov.cy/mjpo/mjpo.nsf/B48720EF992B7010C22579B30024567D/\\$file/Report-PolicyAndMeasuresAgainstDiscrimination_en.pdf](http://www.mjpo.gov.cy/mjpo/mjpo.nsf/B48720EF992B7010C22579B30024567D/$file/Report-PolicyAndMeasuresAgainstDiscrimination_en.pdf).
- Νόμος L103 (I) 2000, για την δημιουργία Ειδικού Ταμείου για το Κέντρο Επαγγελματικής Αποκατάστασης Αναπήρων:
Κύπρος - Άρθρο 24. (χ.χ.). Ανακτήθηκε από <http://www.euroblind.org/convention/article-24/cyprus>.

Ιταλία

- Επικύρωση της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Υπογεγραμμένο προαιρετικό πρωτόκολλο της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Το Σύνταγμα της Ιταλικής Δημοκρατίας, Άρθρο 38:
<http://www.ces.es/TRESMED/docum/ita-cttn-ing.pdf>
- Άρθρο 9 (Δωρεάν παροχή μεταφοράς σκύλων-οδηγών για τους τυφλούς στις δημόσιες συγκοινωνίες και το δικαίωμα πρόσβασης σε χώρους ανοικτούς στο κοινό):
<http://www.euroblind.org/convention/article-9/italy>
- Νόμος 15/1991 (Κανόνες που έχουν σχεδιαστεί για τη διευκόλυνση της ψήφου των ψηφοφόρων με περιορισμένη κινητικότητα):
http://www.utgpistoia.it/amministrative2007/legge15_1991.pdf
- Νόμος 104/1992 (Νομικό πλαίσιο για την βοήθεια, την κοινωνική ένταξη και τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες): www2.ohchr.org › CRPD.C.ITA.1-ENG
- Νόμος 17/2003 (Νέοι κανόνες για την άσκηση του δικαιώματος ψήφου από ψηφοφόρους οι οποίοι πάσχουν από σοβαρή αναπηρία): www2.ohchr.org › CRPD.C.ITA.1-ENG

- Νόμος 118/1971 (Κανόνες υπέρ των πολιτών με αναπηρίες): www2.ohchr.org › CRPD.C.ITA.1-ENG

Λετονία

- Επικύρωση της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Υπογεγραμμένο προαιρετικό πρωτόκολλο της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Άρθρα 109 και 110: <https://likumi.lv/ta/en/id/57980-the-constitution-of-the-republic-of-latvia>

Ρουμανία

- Επικύρωση της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Υπογεγραμμένο προαιρετικό πρωτόκολλο της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)

Ισπανία

- Επικύρωση της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Υπογεγραμμένο προαιρετικό πρωτόκολλο της σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες (CRPD)
- Πράξη αρ. 8, για την έκδοση του χάρτη εργαζομένων:
<https://dredf.org/legal-advocacy/international-disability-rights/international-laws/spain-promulgate-a-workers-charter/>
- Νόμος 51/2003 – ίσες ευκαιρίες, χωρίς διακρίσεις και παγκόσμια προσβασιμότητα για άτομα με αναπηρίες:
https://www.legislationline.org/download/id/7084/file/Spain_Law_equal_opportunities_people_with_disabilities_2003_en.pdf

ΚΛΕΙΔΙ ΑΠΑΝΤΗΣΗΣ

Module 1

- | | | | |
|------|----------|----------|------------------|
| 1. α | 2. Λάθος | 3. Λάθος | 4. αναπαραγωγική |
| | 6. 50% | 7. δ | |

Module 2

- | | | | | | |
|------|--------|--------|--------|----------------|----|
| 1. δ | 2. Όχι | 3. Όχι | 4. Όχι | 5. περιορισμοί | 6. |
| | δίκαιο | 7. δ | | | |

Module 3

- | | | | | | |
|-------|----------|-------------|------------|--------------|-------|
| 1. γ | 2. Λάθος | 3. Συνώνυμο | 4. κίνδυνο | 5. αντίδραση | 6. |
| Σωστό | 7. Λάθος | 8. γ | 9. γ | 10. 2 | 11. β |

Module 4

- | | | | | | |
|-------|-----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. δ | 2. αποδεκτός | 3. Σωστό | 4. γ | 5. α | 6. |
| Σωστό | 7. Σωστό | 8. Λάθος | 9. Σωστό | | 10. Λάθος |
| | 11. Σωστό | 12. Σωστό | 13. Λάθος | 14. Σωστό | 15. Λάθος |
| | 16. επικίνδυνες | 17. 2 | 18. Ναι | | |

Module 5

- | | | | | |
|-------------------------------|---------------|------|----------|--------------------|
| 1. δ | 2. ολιστικής) | 3. α | 4. Λάθος | 5. ψυχοσεξουαλικής |
| 6. αφηρημένη / ιδιαιτερότητες | | | 7. α | |

Module 6

- | | | | | |
|------|------|----------|------|----------|
| 1. γ | 2. δ | 3. Λάθος | 4. δ | 5. Σωστό |
|------|------|----------|------|----------|

