



## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

|                                                                                                |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Σημείωμα του εκδότη .....                                                                      | 1 |
| Γιατί Κιβωτός εξέλιξης; .....                                                                  | 2 |
| Μη σταματάς να γελάς... ..                                                                     | 3 |
| Τα μειονεκτήματα της πιπίλας. ....                                                             | 3 |
| Τι είναι εργοθεραπεία; .....                                                                   | 4 |
| Σας προτείνουμε...Ταινία BENX.....                                                             | 4 |
| Περισσότερο από το 1/3 των παιδιών, δεν ξανα-<br>βλέπει τον πατέρα του, μετά το διαζύγιο. .... | 5 |
| Τι είναι δυσλεξία; .....                                                                       | 5 |
| Καμπάνια για την παγκόσμια ημέρα<br>αυτισμού.....                                              | 6 |
| Ας απολαύσουμε τη φύση όλοι μαζί! .....                                                        | 7 |
| Απτική Αμυντικότητα..τι είναι? .....                                                           | 8 |
| Ας παίξουμε...φτου και βγαίνω.. ..                                                             | 8 |

## Σημείωμα του εκδότη

γράφει ο Τάσος Μώκας

“Θεέ μου, χάρισε μου τη νηφαλιότητα να δέχομαι τα πράγματα που δεν μπορώ να αλλάξω, το θάρρος να αλλάξω τα πράγματα που μπορώ να αλλάξω και τη σοφία να διακρίνω την διαφορά” (Reinhold Niebuhr)



## Καλή μας αρχή λοιπόν!!

**Ε**χουμε την ιδιαίτερη χαρά να σας παρουσιάσουμε το πρώτο τεύχος της εφημερίδας μας.

Ελπίζουμε να φανούμε αντάξιοι των προσδοκιών σας. Γίναμε ένα χρόνο και κάτι πιο σοφοί και πιο έμπειροι. Αυτό μας οδήγησε στο ότι πρέπει να είμαστε κοντά σας, μαζί με τους μικρούς μας φίλους παραθέτοντας τις εμπειρίες μας. Μπαίνουμε σιγά σιγά στο καλοκαίρι όπου η χαρά της έλευσης του, θα αντικατασταθεί από το άγχος που θα αφήσουμε το παιδί μας, αφού θα κλείσουν τα σχολεία..

Μήπως όμως είμαστε υπερβολικοί και τελικά ξεχνάμε τι πραγματικά σημαίνει ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ; Και μήπως ειδικά αυτή η εποχή δεν θέλει κόπο και η αξία της βρίσκεται μέσα στα πιο απλά πράγματα; Μήπως να αφήσουμε τα παιδιά να είναι πιο χαλαρά... το σημαντικό είναι να απολαμβάνουν στιγμές και όχι πράγματα, όπως λέει και η διαφήμιση.... Ελπίζουμε παντού να μην

βλέπουμε μητέρες αγχωμένες να προσπαθούν να προστατέψουν τα παιδιά τους, αγγίζοντας όμως τα όρια της υπερβολής και κυρίως καταστρέφοντας κάθε αυθόρμητο που περιέχει η πιο ανέμελη εποχή του χρόνου.

Τα Παιδιά παστωμένα από το αντιηλιακό, εγκλωβισμένα σε ζώνες και μπρατσάκια, να προσπαθούν να κολυπήσουν στα ρηχά. Μετά τη μία το μεσημέρι, όταν ο ήλιος τσουρουφλίζει, γρήγορα επιστροφή στο σπίτι για να μην καούν, παρότι εκείνη τη στιγμή κορυφώνεται η διασκέδαση στη θάλασσα και τα άλλα παιδιά κοροϊδεύουν αυτά που φεύγουν... Το απόγευμα και πάλι θάλασσα, αλλά για λίγο, επειδή ο ήλιος πέφτει και θα κρυώσουν, ενώ το βράδυ νωρίς στο σπίτι για να προλάβουν να ξεκουραστούν ενόψει της επόμενης ημέρας, ξεχνώντας ότι τα παιδιά αντέχουν, ειδικά όταν περνάνε καλά.

Μέσα σε όλα, αρκετοί γονείς έχουν βολευτεί, από ένα Wii, ένα Psp, ένα DS ή ένα τάμπλετ βλέποντας τα βλαστήρια τους να

ξοδεύουν περισσότερο χρόνο σε άψυχες μηχανές παρά σε κρυφτό, κυνηγητό ή οποιοδήποτε άλλο αυθόρμητο παιχνίδι μπορεί να επινοήσει η παιδική φαντασία. Τα γράφω όλα αυτά επειδή ανήκω σε μια άλλη γενιά, καθώς έμαθα να πίνω νερό από το λάστιχο κι όχι από το πλαστικό μπουκαλάκι, κοιμόμουν συχνά με τα αλάτια, έπεφτα και ξαναέπεφτα ανοίγοντας τις ίδιες πληγές, καθόμουν παραπάνω στον ήλιο. Μια γενιά που όχι μόνο επέζησε, αλλά τη συντροφεύουν χιλιάδες αναμνήσεις, πολύτιμα φυλαχτά υπέροχων παιδικών χρόνων που δυστυχώς δεν ξαναγυρίζουν!

2 ήμερο  
σεμινάριο  
στην Πάτρα

## Ειδική γλωσσική διαταραχή (SLI)

Περιγραφή σεμιναρίου: η δυνατότητα διάγνωσης και διαφοροδιάγνωσης της διαταραχής και η σχέση με άλλες διαταραχές. Τα συμπτώματα καθώς και πιθανές κατηγοριοποιήσεις...θεραπευτικές προσεγγίσεις ανά τομέα δυσκολίας.



Δήλωση συμμετοχής:  
Τηλ.: 26650 21186  
Διοργάνωση: Κέντρο Ειδικών Θεραπειών  
"Κιβωτός Εξέλιξης"  
E-mail: [kivotosexelixis@yahoo.gr](mailto:kivotosexelixis@yahoo.gr)  
W: [kivotosexelixis.gr](http://kivotosexelixis.gr)  
Κόστος συμμετοχής: 200,00  
ΤΙΜΗ ΓΙΑ ΜΕΛΗ ΤΟΥ ΣΕΛΜΕ: 170,00  
ΤΙΜΗ ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ: 160,00

Ομιλητής  
**Κοκμοτός Παναγιώτης**  
Λογοθεραπευτής Msc, cand

**17-18 Οκτωβρίου 2014**

### Γιατί Κιβωτός εξέλιξης;

γράφει ο Τάσος Μώκας

Το όνομα πάντα μας απασχολούσε. Τι θα σήμαινε για την θεραπευτική κοινότητα και την περιοχή της Ηπείρου αν αποφασίζαμε κάτι τέτοιο σαν ονομασία. Δηλαδή αν ονομάζαμε το πρότυπο κέντρο θεραπειών για την περιοχή της Ηπείρου κιβωτός. Η λέξη "κιβωτός" στην αρχαία Ελληνική σημαίνει κιβώτιο, δηλαδή κουτί και εμφανίζεται τον 6<sup>ο</sup> π.Χ. αιώνα στον Εκαταίο και τον Σιμωνίδη. Οι γλωσσολόγοι αδυνατούν να ετυμολογήσουν με συνέπεια τη λέξη και οι περισσότεροι πιθανολογούν σημειτική καταγωγή. Συναντάται σε πάρα πολλούς συγγραφείς, καθώς επίσης και στην Παλαιά

και Καινή Διαθήκη. Η σημερινή λέξη κιβώτιον είναι υποκοριστικό του κιβωτός. Άλλες παραγόμενες λέξεις είναι οικιβωτοποιός, κιβωτοειδής κλπ. Η Κιβωτός του Νώε και η Κιβωτός της Διαθήκης έχουν αποδώσει με την ίδια ελληνική λέξη δυο διαφορετικές εβραϊκές. Η έκφραση "κιβωτός του Νώε" μεταφορικά στα χρόνια μας σημαίνει μια προσπάθεια για περισυλλογή και σωτηρία κάποιων αντικειμένων ή την δημιουργία συνόλων από σημαντικές λέξεις, έννοιες κλπ.

Εμείς ελπίζουμε να γίνουμε σημαντικοί για την κοινωνία της Θεσπρωτίας και όχι μόνο, με την κατάλληλη περισυλλογή στην δουλειά μας και στο έργο το οποίο θέλουμε να προσφέρουμε σαν ομάδα. Έτσι

αποφασίσαμε να το βγάλουμε "κιβωτός" και επειδή η "εξέλιξης" είναι απαραίτητο στοιχείο και της κοινωνίας, αλλά και της επιστήμης γενικότερα αποφασίσαμε να τα κάνουμε ζευγάρι και να πάρουν την ονομασία "κιβωτός εξέλιξης".

Το όνομα αυτό ελπίζουμε να μας θυμίζει την περισυλλογή, την εξέλιξη και την δημιουργία σε εμάς, αλλά να είναι και το απαραίτητο εφόδιο των μικρών και μεγάλων ανθρώπων που συνεργάζονται μαζί μας.

### Μη σταματάς να γελάς...

γράφει η Μαρία Πάσχου



Οι παρούσες συνθήκες μας άλλαξαν όλους. Η κρίση που βιώνουμε έχει σαρώσει τα πάντα... Μαζί όμως με όλα εκείνα τα σημαντικά που μας έχει στερήσει, μας έχει στερήσει και κάτι εξίσου πολύτιμο... ΤΟ ΓΕΛΙΟ. Πράγματι η κοινωνία μας στέρεψε από γέλιο. Παρακάτω παρατίθενται κάποιοι λόγοι που αφορούν στο γιατί τώρα περισσότερο από ποτέ, επιβάλλεται να ξαναθυμηθούμε να γελάμε...

- Το γέλιο είναι αγχολυτικό. Μειώνει τα επίπεδα των ορμονών του άγχους που επιβαρύνουν τον οργανισμό.
- Το γέλιο είναι αντιγηραντικό. Αυξάνει την κυκλοφορία του αίματος στο πρόσωπο και «τρέφει» το δέρμα κάνοντάς το να λάμψει.
- Το γέλιο δυναμώνει το ανοσοποιητικό σύστημα και βοηθά στην διατήρηση της καλής υγείας.
- Το γέλιο αποτελεί ένα είδος γυμναστικής, καθώς όταν γελάμε έντονα από τις συσπάσεις που προκαλούνται, γυμνάζεται όλο μας το σώμα.
- Το γέλιο αυξάνει την παραγωγή χημικών ουσιών που προκαλούν ευφορία στον άνθρωπο.



- Το γέλιο σε μια ομάδα μας κάνει πιο δημιουργικούς και βελτιώνει την αίσθηση του χιούμορ μας.
- Το γέλιο βοηθά στον έλεγχο της υψηλής αρτηριακής πίεσης, αφού μειώνει την έκκριση των στρεσογόνων ορμονών.
- Το γέλιο βοηθά στην καταπολέμηση της νευρικής, της κατάθλιψης, των ψυχοσωματικών διαταραχών.
- Το γέλιο συντελεί στο να αποκτήσουμε περισσότερη αυτοπεποίθηση και βελτιώνει

## ...Δεν υπάρχει σύνδεση μεταξύ της πρόκλησης τοκετού (και της χρήσης οξυτοκίνης) και του αυτισμού στο νεογνό.

την αυτοέκφρασή μας. Γι' αυτό λοιπόν γελάστε ακόμα και στις πιο δύσκολες στιγμές της ζωής σας... Γιατί η ζωή τελικά αναδεικνύει την ομορφιά της μέσα από ανατροπές. Γιατί αν μπορούσαμε να γελάσουμε με κάτι, τότε μπορούμε και να το ξεπεράσουμε... Να βρίσκουμε κίνητρα να γελάμε κάθε μέρα!! Να ξυπνάμε με χαρά, να γεμίζουμε τις μπαταρίες μας με θετική ενέργεια... Ας αφήσουμε να βγει στην επιφάνεια το κρυμμένο παιδί που υπάρχει μέσα μας. Ας προσπαθήσουμε να γελάμε πιο συχνά, ιδίως με τον εαυτό μας.... Άφησε τον εαυτό σου ελεύθερο να γελάσει με την ψυχή του όσο και όπως θέλει. Ξέχασε τους περιορισμούς που άθελα σου μπορεί να βάζεις στον εαυτό σου. Θυμήσου το παιδί μέσα σου, που είναι γεμάτο ενθουσιασμό ενεργητικότητα. Θυμήσου πως και εσύ έχεις πάντα δικαίωμα στην παιχνιδιάρικη διάθεση, το αστείο, την ανοησία. Δεν σταματάς να γελάς επειδή γερνάς, γερνάς επειδή σταματάς να γελάς... (Michael Pritchard). Θυμήσου ότι όσο πιο πολύ γέλιο βάζεις στη ζωή σου τόσο ο αρνητισμός, οι αμφιβολίες, οι κρίσεις και η κακή διάθεση θα υποχωρούν. Θυμήσου ότι πάντα και παντού τα θετικά κύματα είναι μεταδοτικά!! Γι' αυτό όταν ακούς γέλιο... ΤΡΕΞΕ. Τρέξε όσο πιο γρήγορα μπορείς προς την κατεύθυνσή του. Ίσως είναι και για σένα μια ευκαιρία να γελάσεις...

...24 ώρες μετά τη χρήση κοκαΐνης οι νέοι άνθρωποι έχουν  
αυξημένο κίνδυνο για ισχαιμικό καρδιακό επεισόδιο.

## Τα μειονεκτήματα της πιπίλας.

γράφει ο Τάσος Μώκας



Η γλώσσα είναι ένα πολύπλοκο μυϊκό σύμπλεγμα, του οποίου ο συντονισμός μπορεί να επηρεαστεί από την παρατεταμένη χρήση της πιπίλας. Έτσι δε λειτουργεί σωστά, ώστε να μεταφέρει το σάλιο, τις τροφές και τα υγρά χωρίς την βοήθεια των παρακείμενων μυών στη σωστή θέση. Διαβάστε μερικούς λόγους

για να σταματήσετε  
έγκαιρα τη χρήση πιπίλας  
στο παιδί σας:

- Οι έρευνες δείχνουν ότι ο παρατεταμένος θηλασμός της πιπίλας ή του αντίχειρα μπορούν να αλλοιώσουν τις διαστάσεις των οστών και των μυών του προσώπου.
- Επίσης, παραβλάπτεται η ομαλή οδοντοφυΐα.
- Ειδικά η πιπίλα έχει συσχετιστεί με πρώιμη εμφάνιση τερηδόνας.
- Επίσης μπορεί να επηρεαστεί και η ανάπτυξη της άρθρωσης του λόγου.
- Οι πιπίλες συχνά μολύνονται και μπορούν προκαλέσουν λοιμώξεις.
- Ένα παιδί που βάζει συχνά πιπίλα στο στόμα του συνηθίζει να έχει το στόμα

ανοιχτό, κάτι που οδηγεί σε μόνιμη σιελόρροια.

• Για κάποια παιδιά, οι πιπίλες είναι τόσο ισχυρά "ηρεμιστικά", που τα απομονώνουν από τον υπόλοιπο κόσμο. Εξάλλου, ένα παιδί με πιπίλα στο στόμα μιλάει όλο και λιγότερο. Με άλλα λόγια παραβλάπτεται η επικοινωνία.

Τι είναι εργοθεραπεία;  
γράφει ο Βασίλης Γούσης

Εργοθεραπεία είναι μια εξειδικευμένη επιστήμη στο χώρο της υγείας, που βελτιώνει δεξιότητες ατόμων με δυσλειτουργία στους τομείς ανάπτυξης. Οι τομείς αυτοί αφορούν:

- Την Αυτοεξυπηρέτηση του ατόμου και την ανεξαρτητοποίηση του σε δραστηριότητες καθημερινής ζωής



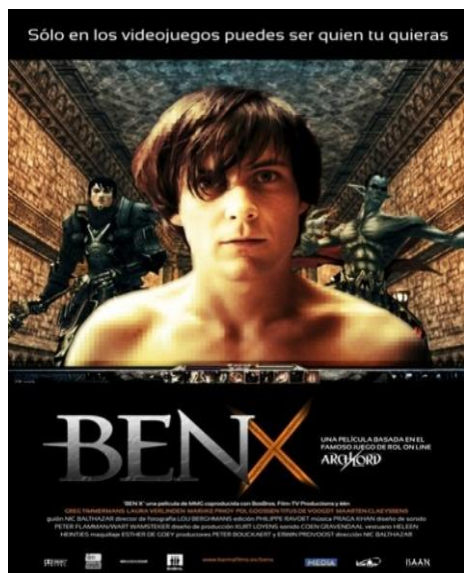
όπως η σίτιση, ένδυση-υπόδυση ασφάλεια, μετακίνηση, προσωπική υγιεινή.

- Την παραγωγικότητα του ατόμου όπου εκτιμάται η ικανότητά του στον τομέα της εργασίας. Για το παιδί η "εργασία" είναι το παιχνίδι και η μαθησιακή του εξέλιξη.
- Την κινητικότητα του ατόμου, όπου αξιολογείται κυρίως η ικανότητά του να συντονίζει μέρη του σώματος (άνω και κάτω άκρων) λεπτής ή αδρής κινητικότητας.
- Τις αισθητηριακές δεξιότητες του ατόμου όπου εκτιμάται η ικανότητά του στην αντίληψη που έχει με το σώμα του (σωματογνωσία) και το πώς αντιλαμβάνεται τη σχέση του σώματος με το περιβάλλον (κινησθησία). Επίσης εκτιμάται η οπτική και ακουστική αντίληπτικότητα (αντίληψη του ατόμου οπτικών και ακουστικών ερεθισμάτων) και η στερεογνωσία (προσδιορισμός μεγέθους, υψός και σχήματος αντικειμένου).

- Τις Γνωστικές δεξιότητες του ατόμου όπου εκτιμάται η ικανότητά του στην αντίληψη, τη μνήμη, προσοχή - συγκέντρωση, σκέψη, επικοινωνία, κρίση και άλλες νοητικές ικανότητες που διαδραματίζουν πρωταρχικό ρόλο στην διαδικασία επεξεργασίας των γνωστικών πληροφοριών.
- Τη Συμπεριφορά και Κοινωνικοποίηση του ατόμου έτσι ώστε να προσαρμόζεται (συμπεριφορικά) σε μια δεδομένη κατάσταση. Να έχει αυτογνωσία, να συμμετέχει σε δυαδικές και ομαδικές σχέσεις (αλληλοεπίδραση ατόμου με οικείους και αγνώστους). Επίσης, να ακολουθεί κανόνες κοινωνικής συμπεριφοράς.

## Σας προτείνουμε... Ταινία BENX

γράφει η Αναστασία Δήμου



Ο Ben (Greg Timmermans) έχει σύνδρομο Asperger, μια μορφή αυτισμού που προκαλεί κοινωνική απομόνωση, φυσική αδεξιότητα, επικοινωνιακά ελλείμματα, και περιορισμένες περιοχές ενδιαφέροντος. Ο σκληρός κόσμος του σχολείου είναι γι' αυτόν μια καθημερινή κόλαση. Η μόνη διέξοδος είναι η συστηματική ενασχόληση του με το διαδικτυακό παιχνίδι Archlord. Ο εθισμός αυτός οδηγεί τον Ben στο να ενσωματώσει σκηνές από τον πραγματικό κόσμο στα μέτρα του ψηφιακού κόσμου. Όσοι τον

χλευάζουν στο σχολείο, μεταμορφώνονται στους εχθρούς του παιχνιδιού κι αυτός με τη σειρά του ως Ben X αναζητά τρόπο να τους αντιμετωπίσει. Εκπαιδεύει τον εαυτό του ώστε να πάψει να είναι αντικείμενο εκφοβισμού.

## ...Εκτός από τα γνωστά οφέλη για τη σωματική υγεία, η διακοπή του καπνίσματος βελτιώνει και την ψυχική υγεία (μειώνει άγχος και κατάθλιψη, αυξάνει τη θετικότητα και την ψυχολογική ποιότητα ζωής)

Η πραγματική ζωή έρχεται συνεχώς σε έντονη αντιπαράθεση με τον διαδικτυακό κόσμο του Ben X. Μέσω του παιχνιδιού θα γνωρίσει την Scarlita (Laura Verlinden) την οποία και θα ερωτευτεί. Η γνωριμία του όμως με την Scarlita πέρα από τον έρωτα στο προσκήνιο, θα φέρει για εκείνον και μια ελπίδα, καθώς θα τον βοηθήσει να καταστρώσουν ένα σχέδιο εικονικής αυτοκτονίας με σκοπό να εκδικηθεί τους συμμαθητές του.

Από την αρχή, η ταινία σε προδιαθέτει σε μια γνώριμη κατάληξη, παρόλα αυτά το τέλος προκαλεί έκπληξη χωρίς να προσπαθεί να εντυπωσιάσει το κοινό με εξωπραγματικούς διαλόγους.

Η ταινία έγινε διάσημη στο Φεστιβάλ Κινηματογράφου στο Μόντρεαλ όπου κέρδισε 3 βραβεία και ήταν σε υποψηφιότητα για τα βραβεία Oscar 2008. Ως ειδική παιδαγωγός είχα την ευκαιρία να προβάλλω την ταινία σε ένα δημοτικό σχολείο της Θεσπρωτίας καθώς ένας από τους μαθητές της Στ' τάξης του συγκεκριμένου σχολείου, ανήκει στο φάσμα του αυτισμού και καθημερινά δεχόταν εκφοβισμό. Η ταινία συγκίνησε, προβληματίσε, ενημέρωσε και έβαλε δασκάλους και μαθητές στην διαδικασία να αναθεωρήσουν σκέψεις και συμπεριφορές απέναντι στο συγκεκριμένο μαθητή.

**ΘΕΛΕΤΕ ΝΑ ΚΑΤΕΒΑΣΕΤΕ ΤΟ eBOOK ΜΑΣ ΔΩΡΕΑΝ ΣΕ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ..**  
**ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΗΝ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ ΜΑΣ**

[www.kivotosexelixis.gr](http://www.kivotosexelixis.gr)

Περισσότερο από το 1/3 των παιδιών, δεν ξανά-βλέπει τον πατέρα του, μετά το διαζύγιο.

Περισσότερο από το 1/3 των παιδιών, σταματούν να βλέπουν τον πατέρα για πάντα μετά το διαζύγιο των γονιών του, δείχνουν πρόσφατες έρευνες ενώ ένα στα 10 παιδιά τραυματίζεται ψυχικά από το χωρισμό των γονιών σε σημείο να έχει σκεφτεί την αυτοκτονία.

Τα συναισθήματα των παιδιών στο διαζύγιο γίνονται μπαλάκι ενώ πολλά παιδιά νιώθουν χρησιμοποιημένα, εγκαταλελειμμένα και μόνα με αποτέλεσμα να στρέφονται στο αλκοόλ, στα ναρκωτικά και στην εγκληματικότητα, καταδεικνύει η νέα έρευνα. Ο πόνος του διαζυγίου: Πολλά παιδιά δεν ξαναβλέπουν τον πατέρα τους. Η Sandra Davis, επικεφαλής της έρευνας στην οποία συμμετείχαν πάνω από 4.000 άτομα λέει «Αυτή η έρευνα, δείχνει ότι παρά τις καλές προθέσεις των γονιών, τα παιδιά στο διαζύγιο γίνονται πολύ συχνά μπαλάκι. Οι γονείς τα αντιμετωπίζουν σαν αντικείμενα προς χρήση και πρέπει επιτέλους αυτό να αλλάξει και να καταλάβουμε ότι η φωνή των παιδιών στο διαζύγιο υπάρχει και έχει τεράστια σημασία. Η απάντηση στο πρόβλημα είναι η θεραπευτική προσέγγιση διότι αυτή θα μειώσει και το συναισθηματικό αλλά και οικονομικό κόστος του διαζυγίου». Για το 38% των παιδιών, ο χωρισμός των γονιών τους, σημαίνει να μην ξαναδούν ποτέ τον πατέρα τους. Παρ' όλο που το 70% των γονιών ισχυρίστηκαν ότι η ψυχολογία των παιδιών ήταν το κύριο μέλημα τους στο διαζύγιο, το 1/3 των παιδιών αυτών, είπαν ότι είχαν πιεστεί από τον έναν γονιό να πουν ψέματα στον άλλον ενώ στο 15%, είχε ζητηθεί από τον έναν γονιό να κατασκοπεύσει τον άλλον.

[www.singleparent.gr](http://www.singleparent.gr)

...Η παιδική κακοποίηση ή η παραμέληση διαταράσσουν μακροχρόνια το ορμονικό σύστημα και αυξάνουν τον κίνδυνο για παχυσαρκία στα παιδιά που τις έχουν υποστεί.



## Τι είναι δυσλεξία;

γράφει ο Τάσος Μώκας



Ένας μύθος που μπερδεύει αρκετούς είναι η διάγνωση της δυσλεξίας. Πόσα παιδιά σε ποσοστά έχουν σύμφωνα με έρευνες δυσλεξία; Τι είναι η δυσλεξία; Έχουν τα παιδιά δυσλεξία ή κάποια άλλη διαταραχή και θέλουμε να την ονομάσουμε δυσλεξία; Οι έρευνες δίνουν εγκυρότητα ή θέλουμε να τις αμφισβητήσουμε; Ποιοι ειδικοί αναλαμβάνουν θεραπευτικά την δυσλεξία; Ας δώσουμε, λοιπόν, κάποιες απαντήσεις σε αυτά..

Δυσλεξία είναι η ειδική μαθησιακή δυσκολία που εντοπίζεται στο γραπτό λόγο και αφορά ιδιαίτερα την ανάγνωση, τη γραφή και την ορθογραφία. Προϋποθέτει ότι το παιδί έχει φυσιολογική νοημοσύνη και έχει μπει σ' ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα εκπαίδευσης. Ως εκ τούτου, αποκλείονται τα παιδιά που έχουν χαμηλή νοημοσύνη, απουσίες από το σχολείο για μεγάλα χρονικά διαστήματα και συχνές αλλαγές σχολικού περιβάλλοντος.

*Πόσο συχνά συναντάται η δυσλεξία;*

Η δυσλεξία είναι 'γνωστή' πάνω από 100 χρόνια. Είναι έμφυτη και σε ποσοστό 70-80% κληρονομική. Παρουσιάζεται στο 12-15% του πληθυσμού της γης. Υπολογίζεται ότι η δυσλεξία παρατηρείται στο 3% των παιδιών και σε αναλογία 4:1 αγόρια:κορίτσια. Δυσλεξία παρατηρείται σε μεγαλύτερο ποσοστό σε αριστερόχειρες.

*Ποια είναι τα αίτια;*

Δεν είναι ασθένεια. Δεν είναι εμπόδιο. Τα αίτια της δυσλεξίας είναι νευρολογικής φύσεως. Οι επιστήμονες έχουν παρατηρήσει πως τα ακουστικά και οπτικά κέντρα του εγκεφάλου των δυσλεξικών ατόμων είναι 27% μικρότερα από εκείνα των μη δυσλεξικών ατόμων. '

Πότε ο γονιός αντιλαμβάνεται ότι κάτι συμβαίνει με το παιδί;

Την δυσλεξία την αντιλαμβανόμαστε συνήθως αφού το παιδί φοιτήσει για ένα διάστημα στην Α' δημοτικού και εμφανίσει μια ανεξήγητη και απροσδόκητη δυσκολία στην εκμάθηση της ανάγνωσης ή της γραφής ή και των δυο.

*Πρέπει με τα πρώτα λάθη να ανησυχήσουμε;*

Μια μικρή επιβράδυνση ή

δυσκολία στην εκμάθηση των πρώτων γραμμάτων, δεν σημαίνει οπωσδήποτε δυσλεξία. Μπορεί το παιδί για παράδειγμα να αντιμετωπίζει ένα παροδικό ή μονιμότερο ψυχολογικό πρόβλημα ή ίσως να υπάρχει ένα μικρό πρόβλημα με τον δάσκαλο.

*Ποια είναι κάποια από αυτά τα σημάδια;*

Έντονη δυσκολία στους πρώτους μήνες της σχολικής εκπαίδευσης ή αν κάνει κάποια από τα τυπικά λάθη όπως παραλείψεις γραμμάτων, αντιστροφές γραμμάτων ή αριθμών ή επαναλήψεις λέξεων ή "καθρεπτική" γραφή, αντιμετωθές συλλαβών, τότε θα πρέπει οι γονείς να συμβουλευτούν κάποιον ειδικό.

*Πόσο δύσκολη είναι η θεραπεία της δυσλεξίας;*

Η δυσλεξία, αν διαγνωσθεί έγκαιρα, μπορεί να θεραπευτεί σε μεγάλο ποσοστό. Πρέπει επομένως να τονίσουμε ότι η έγκαιρη διάγνωση ή καλύτερα η πρόγνωση της δυσλεξίας, καθορίζει και την αποτελεσματικότητα της αντιμετώπισης της.

*Ποιο είναι το ποσοστό δυσλεξίας στην Ελλάδα;*  
Μετά από έρευνες του Υπουργείου, το ποσοστό δυσλεξίας φάνηκε πως ανέρχεται στο 5%. Παλαιότερα που η ενημέρωση ήταν ελλιπής, οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί θεωρούσαν 'αδιάφορους' ή 'τεμπέληδες' τους μαθητές εκείνους που είχαν δυσκολία στην ανάγνωση, στη γραφή, στη μνήμη ή στα μαθηματικά και δεν ασχολούνταν ιδιαίτερα μαζί τους.

*Ποια είναι τα πλεονεκτήματα της έγκαιρης διάγνωσης;*

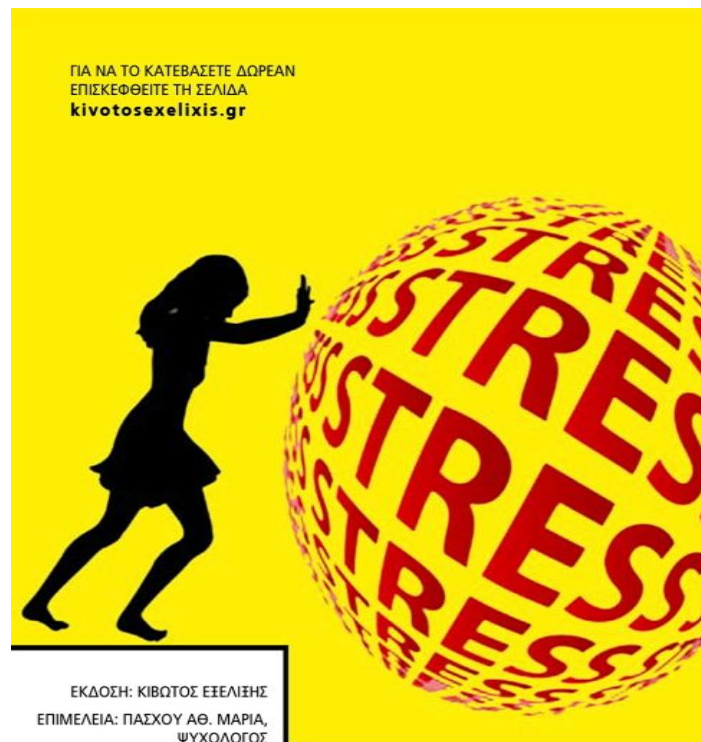
Εάν γίνει η διάγνωση έγκαιρα και από κάποιον ειδικό στις δυο πρώτες τάξεις του δημοτικού, το ποσοστό επιτυχίας στην αντιμετώπιση της δυσλεξίας είναι εξαιρετικά ομαλό.

*Ποια είναι η επίδοση των μαθητών με δυσλεξία στα προφορικά;*

Στις προφορικές εξετάσεις η επίδοσή τους είναι σαφώς καλύτερη από την εικόνα που παρουσιάζουν στα γραπτά τους.

*Ποιοι θεραπευτές αναλαμβάνουν την δυσλεξία;*

Η δυσλεξία εφόσον φυσικά υπάρχει μέσα



# Αγχος

ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

από την έγκυρη διάγνωση της διεπιστημονικής ομάδας, υποστηρίζεται από διαφορετικές ειδικότητες, ανάλογα που το παιδί υπολείπεται. Κυρίως η ειδικότητα που αναλαμβάνει την συγκεκριμένη διαταραχή, είναι οι Δάσκαλοι που έχουν τελειώσει τις παιδαγωγικές σχολές της ειδικής αγωγής.

## Καμπάνια για την παγκόσμια ημέρα αυτισμού.

γράφει ο Τάσος Μώκας

Το κέντρο μας διενήργησε μία καμπάνια για την Παγκόσμια Ημέρα Ενημέρωσης και Ευαισθητοποίησης για τον Αυτισμό με πανελλαδική φωτογράφιση επώνυμων προσώπων και με σειρά εκδηλώσεων στη Θεσπρωτία, την Αθήνα και την Κύπρο. Η καμπάνια μας ξεπέρασε κάθε προσδοκία, με επισκεψιμότητα στη σελίδα μας στο Facebook περίπου 8.500 ατόμων.

Η σειρά εκδηλώσεων στη Θεσπρωτία είχε ως εξής:  
1. Προβολή ταινίας με θέμα τον αυτισμό στις 2 Απριλίου στην αίθουσα εκδηλώσεων Πάνθεον στην Ηγουμενίτσα.  
2. Προβολή ταινίας με θέμα τον αυτισμό στις 4 Απριλίου στην αίθουσα εκδηλώσεων Καρκαμίσι στην Παραμυθιά.  
3. Επιστημονική ημερίδα με διεπιστημονική προσέγγιση στον αυτισμό με ομιλητές τους κ.κ.

Βέρμπη Λούλα,  
Παιδίατρο  
ειδικευμένη στην  
Αναπτυξιακή  
Παιδιατρική,  
Μώκα  
Αναστάσιο,  
Λογοθεραπευτή  
S.I.,

Σαΐνη Τατιάνα,  
Εργοθεραπεύτρια  
S.I. PNF,

Θεοδώρου  
Μιχάλη, Δάσκαλο  
ειδικής αγωγής.

Στη  
φωτογράφιση τα  
πρόσωπα που  
έλαβαν μέρος  
ήταν αλφαβητικά  
οι κ.κ.,

Γκόγκου Ευγενία,  
Διασώστης,  
Γκουντούλας  
Απόστολος, Παγκό-  
σμιος πρωταθλητής κωπηλασίας,

Ιακωβάκης Περικλής,  
Παγκόσμιος  
πρωταθλητής στίβου,  
Κιτσάτης Κωνσταντίνος,  
Γυμναστής-προπονητής-  
κωπηλασίας,  
Κομίνης Γεώργιος,  
Διατητής ποδοσφαίρου,  
Λιώλιος Θωμάς,  
Εκπαιδευτικός-  
καλλιτέχνης,  
Τοροσίδης Βασίλης,  
Διεθνής ποδοσφαιριστής,  
Τσιάβου Αλεξάνδρα,  
Ολυμπιονίκης  
κωπηλασίας,  
Χίσσας Διονύσης, ιατρός-  
αθλητίατρος,

Ο αυτισμός είναι μία σύνθετη νευροβιολογική διαταραχή. Είναι μέρος μιας ομάδας διαταραχών γνωστή ως Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος (ASD). Σήμερα, 1 στα 50 άτομα διαγιγνώσκονται με αυτισμό. Ο αυτισμός παρουσιάζεται σε όλες τις φυλετικές, εθνικές και κοινωνικές ομάδες με τα αγόρια να έχουν τέσσερις φορές μεγαλύτερη πιθανότητα να προσβληθούν από ότι τα κορίτσια. Τα συμπτώματα ποικίλουν από πολύ ήπια έως αρκετά σοβαρά.



Ο αυτισμός προσδιορίστηκε πρώτη φορά το 1943 από τον Dr. Leo Kanner. Την ίδια περίοδο, ο Γερμανός επιστήμονας, Dr. Hans Asperger, περιέγραψε μία ηπιότερη μορφή της διαταραχής που είναι γνωστή ως το Σύνδρομο Asperger. Οι διαταραχές αυτιστικού φάσματος συνήθως μπορούν να διαγνωστούν με αξιοπιστία από την ηλικία των 3, αν και η πρόσφατη έρευνα πάει την ηλικία διάγνωσης προς τα κάτω, τόσο νωρίς, όσο στην ηλικία των δμηνών.

Ο αυτισμός περιορίζει την ικανότητα ενός ατόμου να επικοινωνήσει και να σχετίζεται με τρίτους, ακόμα και στις περιπτώσεις που η νοημοσύνη του ατόμου είναι υψηλότερη από του μέσου ανθρώπου. Υπάρχουν επίσης εμμονές με την τήρηση αυστηρής ρουτίνας, τις επαναληπτικές κινήσεις και την ενασχόληση με αντικείμενα, καταστάσεις, γεγονότα. Αν το παιδί σας διαγνωστεί με αυτισμό, η πρώτη παρέμβαση είναι κρίσιμη για να επωφεληθείτε στο μέγιστο από τις υπάρχουσες θεραπευτικές αγωγές.



## Ας απολαύσουμε τη φύση όλοι μαζί!

γράφει η Ηλιάνα Λώλου



Όλοι, καθημερινά, είμαστε πολύ αγχωμένοι λόγω της εργασίας μας, του καθημερινού προγράμματος και της φροντίδας των παιδιών μας, της διαχείρισης του σπιτιού και άλλων ποικίλων υποχρεώσεων. Η καθημερινή ρουτίνα, έχει ως αποτέλεσμα να ξεχνάμε να απολαμβάνουμε ποιοτικά τον ελεύθερο χρόνο που διαθέτουμε, μαζί με τα παιδιά μας. Εάν έχετε οικογένεια λοιπόν, ξεφύγετε και αφιερώστε χρόνο στα παιδιά σας, βγαίνοντας έξω από το σπίτι, κάνοντας εξορμήσεις στη φύση. Είναι καλό να ερεθίζουμε το ενδιαφέρον των παιδιών μας για το φυσικό περιβάλλον. Εξάλλου, το παιχνίδι στη φύση, με όποιον τρόπο και αν επιτευχθεί, καθιστά ένα παιδί πιο χαρούμενο, πιο ήρεμο, πιο υγιή όπου συνδυαστικά έχει και λιγότερες πιθανότητες να γίνει υπέρβαρο, λιγότερο αγχωμένο και σίγουρα πιο δημιουργικό. Κάποιοι από τους λόγους που έχουμε αυτά τα οφέλη για το παιδί είναι οι εξής:

- ✓ Η έκθεση στον ήλιο και ο καθαρός αέρας.
- ✓ Η επαφή με το πραγματικό φυσικό εξωτερικό περιβάλλον.
- ✓ Η λήψη ποικίλων μυρωδιών, εικόνων και ερεθισμάτων, που εξελίσσει τις αισθήσεις του παιδιού, αφού μαθαίνει να οσμίζεται, να ακούει και να παρατηρεί.
- ✓ Η φύση δίνει μία μεγάλη αίσθηση ελευθερίας.
- ✓ Το βοηθά, να κατανοήσει, καλύτερα, τους νόμους της φύσης και έτσι να προχωρήσει σε μαθήματα όπως η φυσική ή τα μαθηματικά.
- ✓ Το παιδί διοχετεύει την ενεργητικότητά του, ενώ παράλληλα καλλιεργεί και τη σωματική του δύναμη.

Πραγματοποιήστε μαζί με τα παιδιά σας δραστηριότητες στη φύση, τις οποίες μπορείτε να προσαρμόσετε

### 1. Πηγαίνετε έναν περίπατο στο κοντινότερο δασάκι

- Στάση-έκπληξη. Κατά την διάρκεια του περιπάτου σταματάμε και ρωτάμε το παιδί τι παρατήσαμε, το ίδιο κάνει το παιδί σε εμάς.
- Πάρτε μαζί σας ένα μεγεθυντικό φακό και παρατηρήστε τα φύλλα των δέντρων, τον κορμό τους, διάφορα λουλούδια, μυρμηγκοφωλιές, τα έντομα, το χώμα και ότι άλλο κεντρίζει το ενδιαφέρον του παιδιού, μπορείτε να του προτείνετε και εσείς. Κατονομάστε και εξηγήστε του, ότι δεν γνωρίζει.
- Χαρίστε του μια φωτογραφική μηχανή και ενθαρρύνετέ το να φωτογραφίζει διάφορα τοπία, υλικά, φυτά, ζώα και ότι άλλο του αρέσει, ώστε να φτιάξετε ένα άλμπουμ με θέμα τη φύση.
- Βοηθήστε το παιδί σας να φτιάξει ένα φυτολόγιο συλλέγοντας φύλλα και άνθη από δέντρα και φυτά που θα εντοπίσετε.
- Κάντε οικογενειακά Πικ-νίκ.
- Ξαπλώστε κάτω από ένα δέντρο και ακούστε τους διάφορους ήχους της φύσης. Μπορείτε να το κάνετε σαν παιχνίδι, ονομάζοντας τον κάθε ήχο που ακούτε. Αυτό αναπτύσσει και την ικανότητα του παιδιού σας για ακρόαση.
- Ο κόσμος ανάποδα. Τα παιδιά ανοίγουν τα πόδια τους με πλάτη στο σημείο θέας. Σκύβουν και κοιτούν το τοπίο ανάποδα, ανάμεσα από τα πόδια τους. Το ανεστραμμένο είδωλο του τοπίου οξύνει την αντιληπτικότητα του χώρου. Κάντε το μαζί τους.
- Παιζτε μπάλα, κυνηγητό, κρυφτό πίσω από τα δέντρα.
- Φτιάξτε μικρές κατασκευές από τα υλικά της φύσης (φύλλα, ξύλα κλπ.)

### 2. Κάντε ένα περίπατο με τα ποδήλάτά σας στον ποδηλατοδρόμο της πόλης! Αυτή είναι μια πολύ διασκεδαστική δραστηριότητα για όλη την οικογένεια. Τα ποδήλατα δεν είναι μόνο για μικρά παιδιά αλλά και για μεγάλα!

### 3. Επισκεφθείτε μία παραλία

- Μάθετε του να κολυμπάει αν δε γνωρίζει
- Εξερευνήστε το θαλάσσιο κόσμο μαζί του, τα μόνα που χρειάζεστε είναι μία μάρσκα και ένας αναπνευστήρας
- Μαζέψτε μαζί με το παιδί σας κοχύλια, πέτρες ή βότσαλα από μια παραλία. Μετά μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε για να κάνετε ένα

κολλάζ, να ζωγραφίσετε πάνω τους με μπογιές ή και να διακοσμήσετε το σπίτι.

- Κάντε κατασκευές από άμμο, ξύλα, βότσαλα, κοχύλια και ότι άλλο έχετε τριγύρω σας!

Όσο άνετη ζωή και εάν παρέχετε στο παιδί σας, το αγαθό εκείνο που ονομάζεται φύση δεν μπορεί να αντικατασταθεί με κανένα άλλο. Για όλους τους παραπάνω λόγους, προσπαθήστε να εντάξετε στη φύση στη ζωή του παιδιού. [www.singleparent.gr](http://www.singleparent.gr)

## Απτική Αμυντικότητα.

### Τι είναι?

γράφει ο Βασίλης Γούσης



Η Απτική Αμυντικότητα (α.α.) είναι μία υπερβολική αντίδραση στο άγγιγμα ή σε οπτικές εμπειρίες. Αυτό συχνά προκαλεί στο άτομο να αποφεύγει άγγιγμα από άλλους, να μην του αρέσουν τα πλήθη, να εκνευρίζεται όταν τα μαλλιά του πλένονται ή κόβονται, να αποφεύγει ορισμένους τύπους ρούχων, και άλλες πολλές παρόμοιες αντιδράσεις. Η Α. Jean Ayres περιέγραψε πρώτη την απτική αμυντικότητα σε μία μελέτη παιδιών με μαθησιακές δυσκολίες.

Τα πρότυπα συμπεριφοράς που συνόδευαν την οπτική αμυντικότητα και τα οποία παρατήρησε στη διάρκεια σωματειασθητικών δοκιμασιών της ήταν τόσο ιδιαίτερα και εμφανή που έδωσαν το εναρκτήριο λάκτισμα για πολλές μελέτες στους κόλπους της εργοθεραπείας. Οι μελέτες αυτές εξερεύνησαν και ανίχνευσαν το αναφερόμενο φαινόμενο περισσότερο σε βάθος. Σήμερα η απτική αμυντικότητα θεωρείται σαν ένα από τα πολλά συμπτώματα αισθητηριακής δυσλειτουργίας και όχι μία απομονωμένη οντότητα.

## Ας παίξουμε...φτου και βγαίνω..

γράφει η Μαριά Βανέσα

Αφορμή γι'αυτά τα δύο λόγια, είναι το κρυφτό που έπαιξα (που πραγματικά έπαιξα) έξω στην αυλή σήμερα το απόγευμα.

Καθώς είναι επιβεβλημένη η παρουσία μου για την ομαλή εξέλιξη του παιχνιδιού με τα υπόλοιπα παιδιά της γειτονιάς και με παρότρυνση το βλέμμα της μικρής μου κόρης, δε συμμετείχα απλώς αλλά το διασκέδασα κιόλας.

Ο ενθουσιασμός του γιου μου αποτελεί ακόμα μεγαλύτερη ικανοποίηση για εμένα...αλλά και η χαρά όλων των παιδιών ζάχαρη στην ψυχή μου.

Αχ αυτή την παιδική αθωότητα, γιατί την ξεχάσαμε?

Φτού και βγαίνω!

Φώναζα σαν μικρό παιδί...και ήταν ωραία...και έγινα για λίγο παιδί...

Πρέπει να το βάλουμε στη λίστα με τα πράγματα που επιβάλλεται να κάνουμε! Με τον έναν ή με τον άλλο τρόπο πρέπει να γινόμαστε για λίγο ξανά παιδιά!

Όχι μόνο είναι ευεργετικό για εμάς αλλά μας φέρνει και πιο κοντά στα παιδιά μας.

Γι'αυτό..... ΦΤΟΥ ΚΑΙ ΒΓΑΙΝΩ!!!!!!

μικρός Ανδρέας



Όνομα : ..... Ημερομηνία : .....

ΚΡΥΠΤΟΛΕΞΟ : ΡΟΥΧΑ ΤΟΥ ΧΕΙΜΩΝΑ



ΚΑΣΚΟΣ ΜΠΟΥΦΑΝ ΜΠΛΟΥΖΑ ΓΑΝΤΙΑ ΣΚΟΥΦΟΣ

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Β | Κ | Α | Σ | Κ | Ο | Λ | Μ | Ε | Ν |
| Α | Ν | Ε | Ρ | Γ | Χ | Α | Ρ | Α | Ν |
| Μ | Π | Ο | Υ | Φ | Α | Ν | Γ | Χ | Α |
| Ε | Τ | Ι | Ο | Π | Ξ | Ε | Ω | Β | Ν |
| Σ | Ω | Μ | Π | Λ | Ο | Υ | Ζ | Α | Β |
| Μ | Β | Σ | Ι | Ε | Ρ | Φ | Ι | Λ | Κ |
| Γ | Α | Ν | Τ | Ι | Α | Ω | Β | Α | Σ |
| Α | Π | Ε | Α | Ε | Ρ | Τ | Π | Υ | Θ |
| Σ | Κ | Ξ | Σ | Κ | Ο | Υ | Φ | Ο | Σ |
| Ω | Β | Ν | Τ | Ρ | Η | Ξ | Λ | Σ | Δ |



### Συντακτική ομάδα του τεύχους

Μώκας Αναστάσιος

Γούσης Βασίλης

Λώλου Ηλιάννα

Πάσχου Μαρία

Δήμου Αναστασία

μικρός Ανδρέας

μαμά Βανέσα

[Πάροδος Ολύμπου 9]

[Ηγουμενίτσα]

[Θεσπρωτία, 46100]

[Τ.. 2665021186]

[E. kivotosexelisis@yahoo.gr]

[W. [kivotosexelisis.gr](http://kivotosexelisis.gr)]

[F. [Κιβωτός Εξέλιξης Κέντρο Ειδικών Θεραπειών](http://kivotosexelisis.gr)]

**ΘΕΛΕΤΕ ΝΑ ΚΑΤΕΒΑΣΕΤΕ  
ΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΜΑΣ  
ΔΩΡΕΑΝ ΣΕ  
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ..  
ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΗΝ  
ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ ΜΑΣ  
[www.kivotosexelisis.gr](http://www.kivotosexelisis.gr)**