



SMARTS

**ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΝΤΑΣ ΜΕ ΣΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΜΟΥ ΣΤΗ
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ**

ΕΝΑΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΑΜΕΑ





SMARTS



Το SMARTS είναι ένα έργο χρηματοδοτούμενο από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Είναι προϊόν συνεργασίας μεταξύ:

- Της Ευρωπαϊκής Ένωσης Παρόχων Υπηρεσιών για ΑΜΕΑ

Βέλγιο



- Του United Social Care Training Ltd

Αγγλία



- Του Associação para a Recuperação de Cidadãos Inadaptados da Lousã
Πορτογαλία



- Του Οργανισμού Astres

Ισπανία



- Του Ιδρύματος «Η Θεοτόκος»

Ελλάδα



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



Αυτές οι οδηγίες αποτελούνται από δύο ενότητες:

- Η πρώτη ενότητα απευθύνεται ειδικά σε άτομα με νοητική αναπηρία (ΑμεΝα) και με παθήσεις ψυχικής υγείας. Στοχεύει στην ευαισθητοποίηση σχετικά με τα δικαιώματα και τις επιλογές τους όταν ζητούν υποστήριξη σχετικά με τις σεξουαλικές τους ανάγκες από τα άτομα που τους παρέχουν φροντίδα, ώστε να μπορούν να λαμβάνουν υποστηριζόμενες αποφάσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητά τους.
- Η δεύτερη ενότητα απευθύνεται ειδικά σε οικογενειακούς φροντιστές που υποστηρίζουν ΑμεΝα και άτομα με παθήσεις ψυχικής υγείας, ώστε να τους υποστηρίξει να εντοπίσουν υπηρεσίες που προωθούν την εφαρμογή των σεξουαλικών τους δικαιωμάτων.

ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΩΝ

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή αυτής της δημοσίευσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου της, το οποίο αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων. Η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που εμπεριέχονται σε αυτήν.



Αυτός ο οδηγός αποτελείται από **2 ενότητες**:

- **Ενότητα 1** - Ενημέρωση των **ατόμων με διανοητική αναπηρία και προβλήματα ψυχικής υγείας** για τα δικαιώματα και τις επιλογές τους σχετικά με τις σεξουαλικές τους ανάγκες.
- **Ενότητα 2** – Υποστήριξη των οικογενειακών φροντιστών στον εντοπισμό υπηρεσιών που προωθούν την εφαρμογή των σεξουαλικών δικαιωμάτων των συγγενών τους με αναπηρία.

ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΩΝ

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή αυτής της δημοσίευσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου της, το οποίο αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων. Η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που εμπεριέχονται σε αυτήν.

Περιεχόμενα

Ενότητα 1

Σε αυτή την ενότητα θα μάθεις:

- Τι είναι οι σχέσεις;
- Πώς να επικοινωνώ;
- Ποιος μπορεί να με υποστηρίξει για να παίρνω τις αποφάσεις μου;
- Ποια είναι τα δικαιώματά μου;
- Τι είναι η σεξουαλικότητα;
- Τι είναι η οικειότητα;



“ Περιεχόμενα ”



Ενότητα 2

Σε αυτή την ενότητα θα βρείτε:

- Μία μικρή υπενθύμιση του τι είναι Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης
- Τα βασικά στοιχεία που πρέπει να θυμάστε για την Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης
- Κατευθύνσεις για την επιλογή υπηρεσιών υποστήριξης που συντονίζονται με την προσέγγιση της Υποστηριζόμενη Λήψης Απόφασης
- Κατευθύνσεις για τον καθορισμό του εάν οι τρέχουσες υπηρεσίες υποστήριξης υποστηρίζουν τα σεξουαλικά δικαιώματα

“

Ενότητα 1

”

“

Σχέσεις

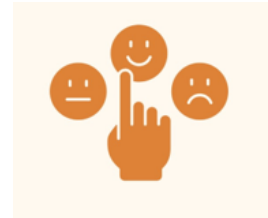
”

Συναντάμε **διαφορετικούς ανθρώπους** κάθε μέρα

Κάποιους τους γνωρίζουμε **πολύ καιρό**
Κάποιους τους γνωρίσαμε **πριν λίγο**



Έχουμε **διαφορετικά συναισθήματα** για
τους ανθρώπους που γνωρίζουμε.



Οι άνθρωποι που γνωρίζουμε έχουν διαφορετική
σημασία για εμάς.

Αυτό είναι η «σχέση» που έχουμε μαζί τους.



Σχέσεις

Μία σχέση είναι μία σύνδεση ανάμεσα σε **τουλάχιστον 2 ανθρώπους**

Αυτοί οι άνθρωποι νοιάζονται ο ένας για τον άλλον.

Αυτή η σύνδεση έχει πολλές μορφές:

- **Οικογένεια**

Τα μέλη της οικογένειας είναι οι άνθρωποι που συνδέονται εξ' αίματος ή μέσω γάμου.

Οι γονείς σου, τα αδέρφια σου, τα ξαδέρφια σου, είναι οι συγγενείς σου.

Συνήθως έχουμε στενή σύνδεση με τους συγγενείς μας.



- **Φιλία**

Ένας φίλος είναι ένας άνθρωπος που έχετε στενή σύνδεση.

Μπορούμε να μοιραστούμε προσωπικές πληροφορίες με έναν φίλο.

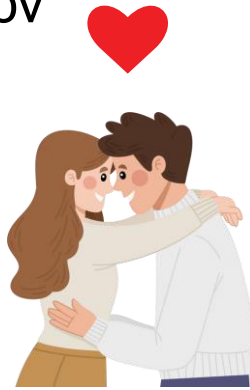
Φιλία σημαίνει ότι εμπιστευόμαστε ο ένας τον άλλον.



Σχέσεις

- **Ερωτικές Σχέσεις**

Ένα ιδιαίτερο είδος σχέσεις όπου δύο άνθρωποι νιώθουν έλξη ο ένας για τον άλλον



Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει:

-Σωματική τρυφερότητα (αγκαλιές, κράτημα χεριού, φιλιά)

-Συναισθηματική εγγύτητα.

Όταν νιώθεις κοντά με κάποιον και θέλεις να μοιραστείς τα συναισθήματα και τις σκέψεις σου μαζί του

Τα βασικά στοιχεία όλων των σχέσεων είναι η εμπιστοσύνη και το μοίρασμα.



“

Επικοινωνία

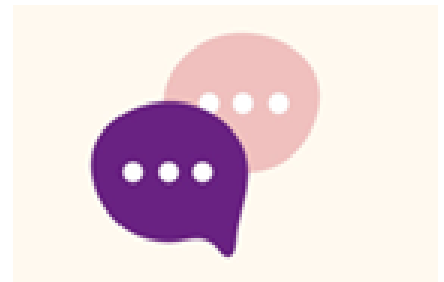
”

Η επικοινωνία είναι το κλειδί για να είσαι καλά και να δημιουργείς σχέσεις.



Πώς επικοινωνούμε;

- Κάνοντας συνδιαλλαγή με κάποιον
- Μπορεί να έχει διάφορες μορφές:
Λέξεις, μηνύματα, εικόνες, συναισθήματα



Όταν επικοινωνείς με κάποιον:

- Χαμογελάς
- Μιλάς
- Δίνεις το χέρι σου
- Χαιρετάς



Η επικοινωνία σου επιτρέπει να εκφράσεις:

- Τις ανάγκες σου
- Τί θέλεις
- Τί σκέφτεσαι
- Τί σου αρέσει και τί δεν σου αρέσει



“

Επικοινωνία

”

- **Θέλουμε να παίρνεις αποφάσεις για τον εαυτό σου.**
- **Είναι δικαίωμά σου να παίρνεις αποφάσεις για τον εαυτό σου.**

Μερικά θέματα είναι πιο δύσκολο να συζητηθούν. Μπορεί να νιώθεις άβολα ή να ντρέπεσαι.



Είναι όμως πολύ σημαντικό να μιλάς για αυτά.

Ένα τέτοιο θέμα είναι η σεξουαλικότητα



Είναι φυσικό να νιώθεις ντροπή όταν μιλάς για ιδιωτικά θέματα.

Για αυτό είναι σημαντικό να επικοινωνείς και να κάνεις ερωτήσεις, ακόμα και για θέματα όπως το σεξ. Το να κάνεις ερωτήσεις θα σε βοηθήσει να καταλάβεις τί είναι σεξουαλικότητα και να πάρεις τις αποφάσεις σου πάνω σε αυτό το θέμα.

Μπορείς επίσης να ρωτήσεις για μια διαδικασία που λέγεται «Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων».



“

Συναίνεση

”



Η επικοινωνία είναι απαραίτητη!

Μέσω της επικοινωνίας μπορείς να εκφράσεις τις αποφάσεις σου

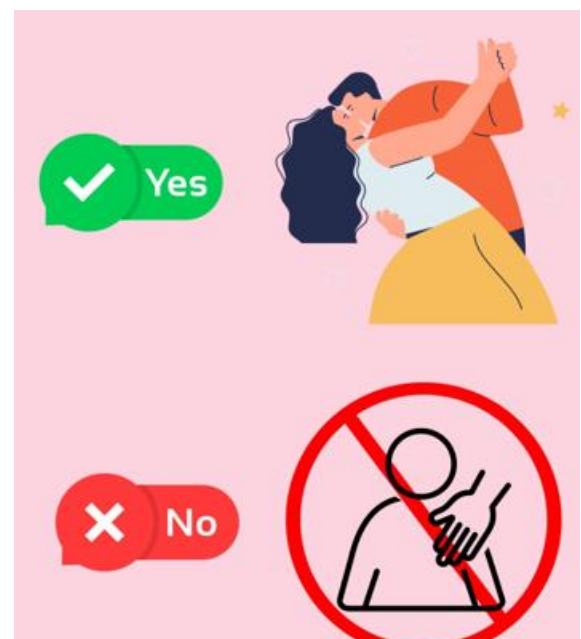
Για παράδειγμα, μπορείς να πεις αν νιώθεις άνετα με κάτι ή όχι.

Μπορείς να πεις αν νιώθεις άνετα να κάνεις κάτι ή όχι.

ΣΥΝΑΙΝΕΣΗ είναι η λέξη που χρησιμοποιούμε για να πούμε ότι συμφωνούμε να κάνουμε κάτι με κάποιον

Για παράδειγμα, κάποιος σου ζητάει να του δώσεις ένα φιλί. Αν θέλεις, μπορείς να πεις ναι. Έδωσες τη συναίνεσή σου.

Κάποιος σου ζητάει να σε αγγίξει. Δεν νιώθεις άνετα και δεν το θέλεις. Λες όχι. Δεν δίνεις τη συναίνεσή σου.

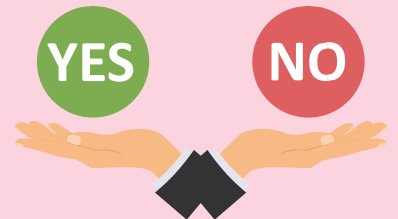


“ Συναίνεση ”



- Έχεις το δικαίωμα να πεις «ΌΧΙ» αν δεν θέλεις κάτι
- Μπορείς να συναινέσεις σε κάποια πράγματα και να μην συναινέσεις σε άλλα.

Για παράδειγμα, μπορείς να πεις ναι στα φιλιά και τις αγκαλιές



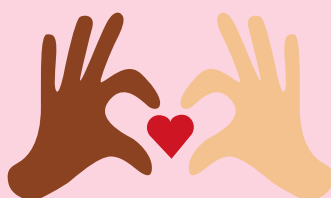
Αλλά μπορείς να πεις «όχι» στο να γδυθείς ή να κάνεις σεξ.

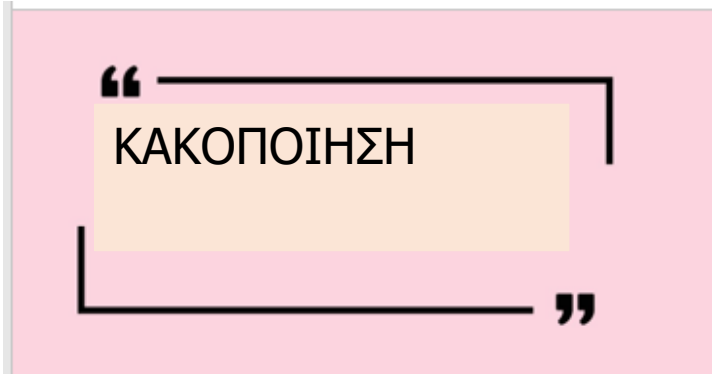
Έχε στο μυαλό σου ότι ίσως να μην είναι όλοι οι άνθρωποι που σου αρέσουν καλοί.

Έχεις μια καλή σχέση όταν υπάρχει σεβασμός.

- Σεβασμός σε εσένα σαν άνθρωπο.
- Σεβασμός στις αποφάσεις σου.

Όλοι πρέπει να σέβονται την αποφασή σου να συναινέσεις ή να μην συναινέσεις

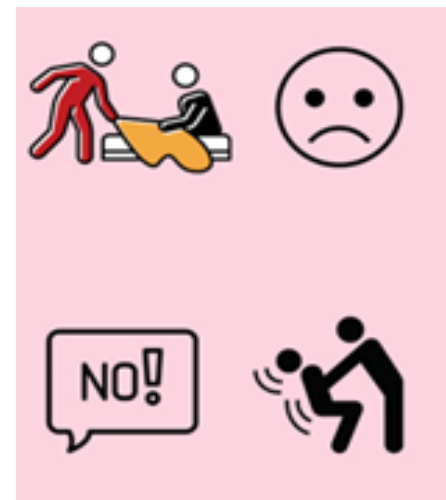




Υπάρχει **ΚΑΚΟΠΟΪΗΣΗ** όταν κάποιος δεν σέβεται το δικαίωμά σου να πεις «όχι»

Για παράδειγμα, υπάρχει **κακοποίηση** όταν:

- Κάποιος θέλει να κάνει σεξ μαζί σου, και σε κάνει να νιώθεις άσχημα επειδή εσύ δεν θέλεις
- Κάποιος θέλει να σου κάνει κακό επειδή δεν θέλεις να κάνεις σεξ μαζί του.
- Κάποιος σε απειλεί, σου κάνει κακό ή δεν σέβεται το δικαίωμά σου να λες «όχι».



Αν δεν νιώθεις ασφαλής, αν νιώθεις άσχημα ή αν κακοποιείσαι, ζήτα βοήθεια και συζήτησέ το με κάποιον που εμπιστεύεσαι.

Μπορείς ακόμα να πας στην αστυνομία ή να τηλεφωνήσεις σε κάποια γραμμή υποστήριξης και να εξηγήσεις τί σου συμβαίνει.



112: Αυτό είναι το νούμερο της γραμμής επειγόντων περιστατικών για όλη την Ευρώπη

100: Το νούμερο της αστυνομίας στην Ελλάδα

“
ΤΑ
ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ
ΣΟΥ
”



Έχεις ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ.

Το δικαίωμα είναι κάτι που είναι δικό σου, που μπορείς να διεκδικήσεις, και που οι άλλοι πρέπει να σέβονται.

Που μπορείς να βρεις τα δικαιώματά σου;
Σε πολλά έγγραφα.

Κάποια από αυτά είναι

- **Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία.**
- **Η Ευρωπαϊκή Στρατηγική για την Αναπηρία, 2021-2023.**



Μπορείς να τα βρεις στο διαδίκτυο.

Ζήτα από κάποιον να σε βοηθήσει να τα βρεις και να σου εξηγήσει ό,τι δεν καταλαβαίνεις.



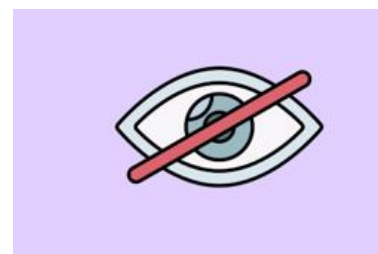
ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΣΟΥ

Παραδείγματα κάποιων από τα δικαιώματά σου:

Δικαίωμα 1: Έχεις το δικαίωμα να παίρνεις τις δικές σου αποφάσεις.



Δικαίωμα 2: Έχεις το δικαίωμα στην ιδιωτικότητα



Δικαίωμα 3: Έχεις το δικαίωμα να μην είσαι θύμα διακρίσεων



Δικαίωμα 4: Έχεις το δικαίωμα σε δωρεάν ή οικονομική υγειονομική περίθαλψη



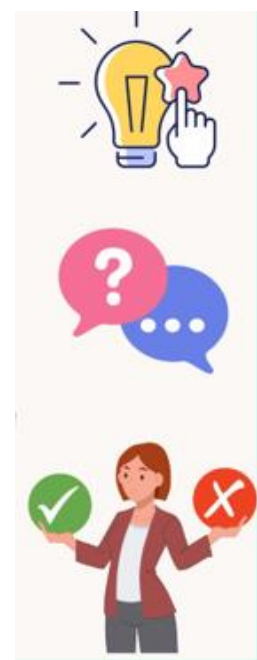
“

Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης

”

«Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης» ή ΥΛΑ σημαίνει ότι υποστηρίζεις με τις πληροφορίες που χρειάζεσαι για να πάρεις μια απόφαση για τον εαυτό σου.

- Για να πάρεις μια απόφαση για τον εαυτό σου, θα πάρεις τις πληροφορίες που χρειάζεσαι.
- Μπορείς να ρωτήσεις όλες τις απορίες που έχεις.
- Μπορείς να επιλέξεις ανθρώπους να σε υποστηρίξουν. Αυτοί οι άνθρωποι δεν μπορούν να πάρουν αποφάσεις για εσένα.
- Εσύ θα πάρεις την απόφαση για τον εαυτό σου.



Μπορείς να ζητήσεις πληροφορίες και υποστήριξη για να πάρεις αποφάσεις για όποιο θέμα θέλεις.
Για παράδειγμα:

- Πώς χρησιμοποιείται το προφυλακτικό;
- Τί να κάνω αν κάποιος με κακοποιεί;

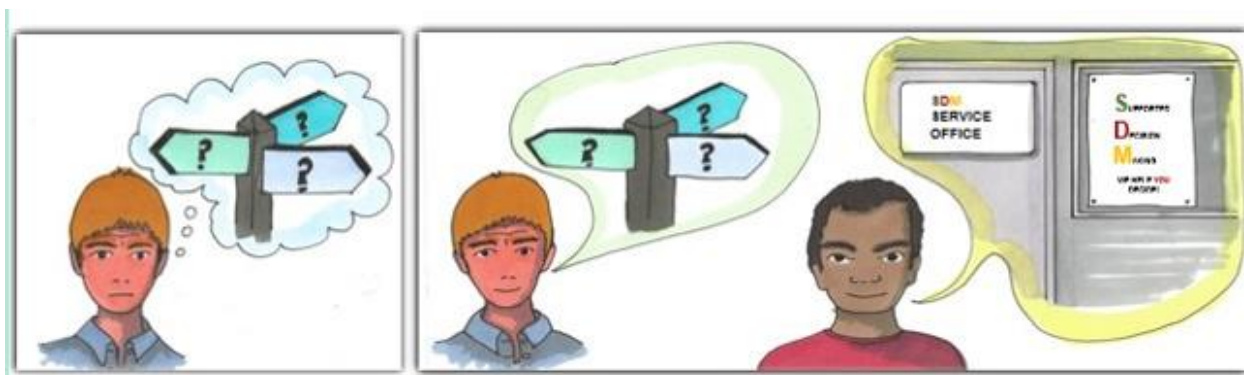


“

Υποστηριζόμενη
Λήψη Απόφασης

”

Τι είναι
η ΥΛΑ;



Ο Θωμάς έχει να πάρει μια απόφαση, δεν ξέρει τι να κάνει.

Μίλησε με ένα φίλο του και του είπε για ένα μέρος που ξέρει που ίσως τον βοηθήσει.



Ο Θωμάς πήγε σε αυτό το μέρος, την «Υπηρεσία ΥΛΑ».

Εκεί βρήκε τον Γιάννη. Ο Γιάννης τον προσκάλεσε να μιλήσουν για την ΥΛΑ



Ο Θωμάς είπε στον Γιάννη για την απόφαση που έχει να πάρει. Ο Γιάννης του είπε ότι μπορεί να τον βοηθήσει.



Ο Θωμάς φοβόταν ότι οι άνθρωποι στην υπηρεσία ΥΛΑ θα προσπαθήσουν να του πουν τί να κάνει.



Ο Γιάννης είπε στο Θωμά ότι θα τον βοηθήσουν να αποφασίσει, αλλά δεν θα πάρουν αποφάσεις για εκείνον. Αυτό θα ήταν Κατευθυνόμενη Λήψη Απόφασης και όχι Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης.



Θωμάς
Υποστηριζόμενο
Άτομο

Αθηνά,
Υποστηρίκτρια

Γιάννης,
Διευκολυντής

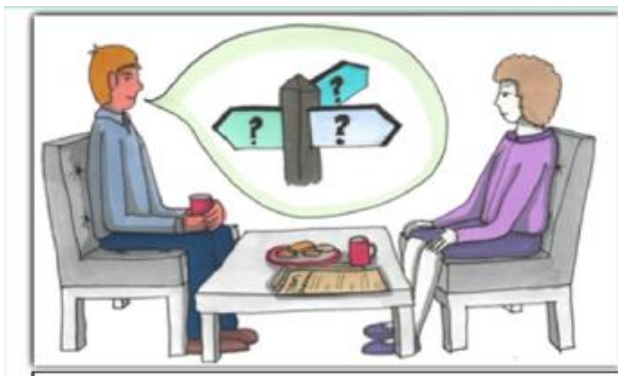
Ο Γιάννης εξήγησε στο Θωμά το ρόλο που θα είχε στη διαδικασία ΥΛΑ. Ο Γιάννης θα ήταν ο Διευκολυντής. Αυτό σημαίνει ότι ήταν εκεί για να εξασφαλίσει ότι τα πράγματα πηγαίνουν καλά. Μετά ο Γιάννης γνώρισε στο Θωμά την Αθηνά. Η Αθηνά θα ήταν η Υποστηρίκτριά του Γιάννη. Ο Θωμάς ήξερε ήδη την Αθηνά, από μια ομάδα που πάει το απόγευμα. Τη συμπαθούσε πολύ.

“

Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης

”

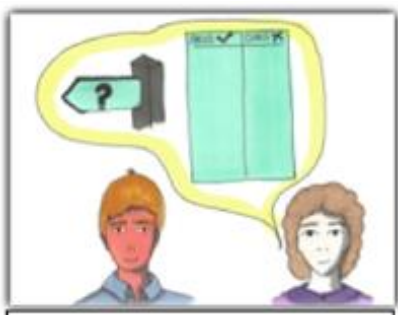
**Τι είναι
η ΥΛΑ;**



Ο Θωμάς και η Αθηνά συναντήθηκαν και ο Θωμάς της μίλησε για την απόφαση που θέλει να πάρει. Η Αθηνά του εξήγησε πώς λειτουργεί η υπηρεσία ΥΛΑ.



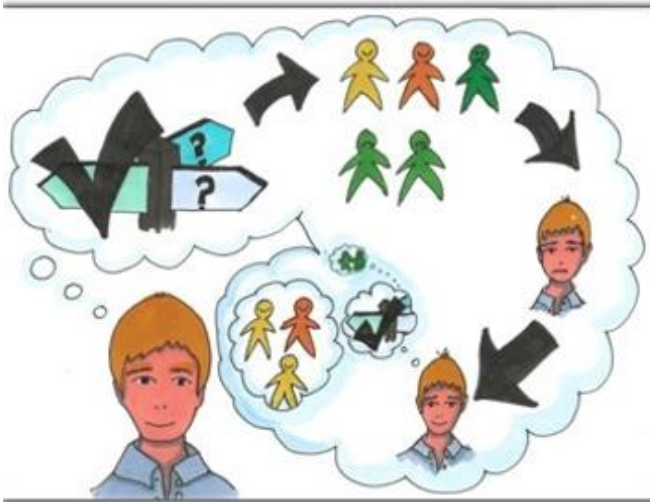
Την επόμενη εβδομάδα συναντήθηκαν και συμπλήρωσαν τα συμβόλαια της ΥΛΑ. Πρώτα τη Συμφωνία Υποστήριξης. Μετά το Ατομικό Πλάνο που θα βοηθούσε τον Θωμά να πάρει την απόφασή του.



Συζήτησαν για τα υπέρ και τα κατά της κάθε επιλογής του Θωμά.



Συζήτησαν όλα τα θετικά και αρνητικά σημεία κάθε απόφασης.



Συζήτησαν για όλα τα θετικά και τα αρνητικά της απόφασης. Συζήτησαν ακόμα ότι ίσως σε κάποιους ανθρώπους να μην αρέσει η απόφαση του Θωμά. Όμως ακόμα και αν δεν αρέσει σε κάποιους ανθρώπους, το σημαντικό είναι να είναι ο Θωμάς ευχαριστημένος και ικανοποιημένος με την απόφασή του.

Όταν ο Θωμάς πήρε την απόφασή του με τη βοήθεια της υπηρεσίας ΥΛΑ, έκανε συνάντηση με τον Γιάννη. Ο Γιάννης ήθελε να δει αν ο Θωμάς ήταν ευχαριστημένος με τον τρόπο που η υπηρεσία ΥΛΑ τον βοήθησε να πάρει την απόφασή του. Ο Θωμάς ήταν πολύ χαρούμενος, και σκεφτόταν ότι η Αθηνά τον βοήθησε πολύ να σκεφτεί τις διαφορετικές επιλογές του. Ο Θωμάς έμεινε πολύ ικανοποιημένος από την υπηρεσία ΥΛΑ και είπε και στους φίλους του πόσο τον βοήθησε.

“ Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων ”



Ο ρόλος του Υποστηρικτή

- Ο Υποστηρικτής μπορεί να σε βοηθήσει να πάρεις αποφάσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητά σου και τις σχέσεις σου
- Ο Υποστηρικτής θα σε ακούσει και θα σεβαστεί όσα λες.
- Ο Υποστηρικτής θα σου δώσει τις πληροφορίες που χρειάζεσαι για να πάρεις μια απόφαση.

Ένας βοηθητικός Υποστηρικτής είναι κάποιος που:

- **Σέβεται την αυτονομία σου.**
- **Καταλαβαίνει το πώς νιώθεις.**
- **Επικοινωνεί ξεκάθαρα μαζί σου.**
- **Σε ακούει.**



Μπορείς να ζητήσεις να αλλάξεις Υποστηρικτή αν νιώθεις ότι αυτός που ήδη έχεις δεν σε καταλαβαίνει.

“ Σεξουαλικότητα ”



Μία σχέση μπορεί να περιλαμβάνει σεξουαλική δραστηριότητα.

Η σεξουαλικότητα έχει να κάνει με τα σεξουαλικά μας αισθήματα, με το ποίος μας ελκύει και πώς δείχνουμε την έλξη που νιώθουμε.

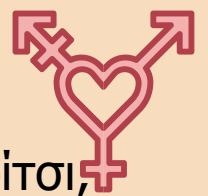
- **Η σεξουαλικότητα είναι κάτι προσωπικό.**
- **Μπορείς να είσαι ό,πως θέλεις.
Μπορείς να είσαι ο εαυτός σου.**

Για παράδειγμα μπορεί να καταλάβεις ότι, παρόλο που γεννήθηκες άντρας, μπορεί να νιώθεις γυναίκα (ή το αντίθετο)



- **Μπορείς να επιλέξεις ποιοι άνθρωποι σε ελκύουν.
Οι άνθρωποι εκφράζουν τη σεξουαλικότητά τους με διαφορετικούς τρόπους.**

Για παράδειγμα, ένα αγόρι μπορεί να έλκεται από ένα κορίτσι, ένα αγόρι, και από τους δύο, ή από κανέναν.



- **Είναι σημαντικό να σεβόμαστε τις επιλογές και τα συναισθήματα όλων.**



- **Είναι σημαντικό να επικοινωνείς για τα συναισθήματά σου και να ζητάς υποστήριξη όταν έχεις ερωτήσεις ή αμφιβολίες .**



“Οικειότητα”

Οικειότητα σημαίνει «πόσο κοντά» είμαστε με κάποιον.

Μπορείς να είσαι κοντά σε κάποιον, με έναν συναισθηματικό τρόπο, με έναν σωματικό τρόπο, ή και με τους δύο τρόπους.

Εξαρτάται από τη σχέση που έχεις με αυτό το άτομο.

Συναισθηματική οικειότητα σημαίνει ότι νιώθεις σύνδεση με κάποιον.



Η σωματική οικειότητα έχει να κάνει με το άγγιγμα και με το να είναι κοντά τα σώματά μας. Μπορεί να είναι:

- Φιλιά
- Αγκαλιές
- Σεξ
- ...



- **Κανείς δεν πρέπει να σε αναγκάσει σε σωματική οικειότητα.**
- **Κανείς δεν πρέπει να αγγίξει το σώμα σου αν εσύ δεν το θέλεις.**



“ Ασφάλεια ”

Πριν κάνεις κάποια σεξουαλική πράξη, είναι σημαντικό να ξέρεις **πώς να παραμείνεις ασφαλής.**

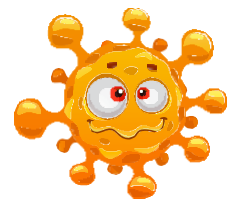


Υπάρχουν μολύνσεις που μπορεί να σε κάνουν να αρρωστήσεις.



Μοιάζει λίγο με τις αρρώστιες που παθαίνεις τον χειμώνα από το κρύο.

Μπορεί να κολλήσεις κάποια μόλυνση από το σεξ αν δεν είσαι προσεκτικός.

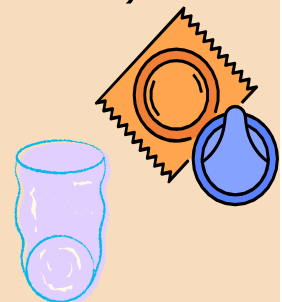


Αυτού του είδους οι μολύνσεις λέγονται:

«Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα» (ΣΜΝ)

Για να προστατεύσεις τον εαυτό σου από τα ΣΜΝ, πρέπει να φοράς προφυλακτικό όταν κάνεις σεξ.

Υπάρχουν προφυλακτικά για άντρες και διαφράγματα για γυναίκες.



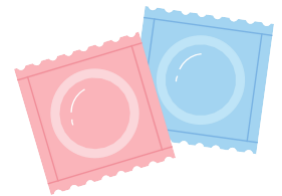
Θα πρέπει να ζητήσεις τη συμβουλή των ειδικών για το πώς να αποφύγεις τα ΣΜΝ.

Προστασία

Η προστασία όπως τα προφυλακτικά, μπορούν να προστατεύσουν εσένα και τον/την σύντροφό σου από μια εγκυμοσύνη.



Μπορείς εύκολα να μάθεις πώς να τα χρησιμοποιείς στο διαδίκτυο.



Μπορείς ακόμα να ρωτήσεις κάποιον που εμπιστεύεσαι, όπως ένα φίλο, ένα συγγενή ή κάποιον επαγγελματία.

Υπάρχουν και άλλοι τρόποι για να προστατευτείς εσύ και ο/η σύντροφός σου από μια πιθανή εγκυμοσύνη, όπως τα αντισυλληπτικά χάπια.



Είναι σημαντικό να μιλήσεις στον γιατρό σου και να βρείτε την καλύτερη λύση για εσένα

“

Ενότητα 2

”

“ Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης ”



Αν είστε οικογενειακός φροντιστής, αυτή η ενότητα θα σας χρησιμεύσει σαν οδηγός για την παροχή υποστήριξης στους αγαπημένους σας και για την εύρεση υπηρεσιών που υποστηρίζουν το δικαίωμα στη σεξουαλικότητα.

ΥΛΑ στην Υπηρεσίες Υποστήριξης

Η εγκαθίδρυση και η εύρυθμη λειτουργία της ΥΛΑ σε μια υπηρεσία είναι η καλύτερη δυνατή βάση για την υποστήριξη των σεξουαλικών δικαιωμάτων των ΑμεΝα. Επίσης, η ΥΛΑ μπορεί να λειτουργήσει σε πολλούς διαφορετικούς τομείς της ζωής κάποιου και είναι πολύ ωφέλιμη για τα άτομα που χρησιμοποιούν την υπηρεσία, τους συγγενείς αλλά και το προσωπικό.

Μόλις καθιερωθούν και γίνουν αποδεκτές οι «αρχές» της ΥΛΑ σε μια υπηρεσία, η επέκταση αυτής της προσέγγισης στους πιο απαιτητικούς τομείς των σεξουαλικών δικαιωμάτων θα γίνει πολύ πιο εύκολη. Η σεξουαλικότητα και η σεξουαλική έκφραση είναι απλώς ένας άλλος τομέας όπου το υποστηριζόμενο άτομο χρειάζεται βοήθεια ώστε να κατανοήσει και να λάβει αποφάσεις μόνο του.

“

Υποστηριζόμενη Λήψη Απόφασης

”

"Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων" ή "ΥΛΑ" σημαίνει ότι το υποστηριζόμενο άτομο υποστηρίζεται με τις πληροφορίες που θα του επιτρέψουν να πάρει τη δική του ενημερωμένη απόφαση.



ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΥΛΑ ΣΤΙΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

Φυσικά, μπορεί να βρείτε αντιστάσεις στην εφαρμογή της ΥΛΑ και ίσως χρειαστεί να βρείτε και πάλι συμμάχους ανάμεσα στους χρήστες υπηρεσιών, το προσωπικό και τις οικογένειες. Μπορεί να βλέπετε ακόμα την απόκλιση μεταξύ αυτού που λένε οι άνθρωποι ότι κάνουν και αυτού που κάνουν στην πραγματικότητα.

Βεβαιωθείτε ότι γιορτάζετε τις επιτυχίες ΥΛΑ όχι μόνο σε σχέση με σεξουαλικά ζητήματα – αλλά σε οποιονδήποτε τομέα όπου η ακρόαση και η ενδυνάμωση των ανθρώπων να πάρουν τις δικές τους αποφάσεις έχει λειτουργήσει καλά. Αυτό περιλαμβάνει το να μαθαίνουν από τα δικά τους λάθη και να αποφασίζουν να δοκιμάσουν κάποιον άλλο τρόπο, αν ο προηγούμενος δεν λειτούργησε καλά.

Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων

ΑΝ ΘΕΛΕΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Το έργο SMARTS υποστηρίζεται από ένα σύνολο οργανισμών-εταίρων και όλοι τους θα ήταν πρόθυμοι να βοηθήσουν με όποιον τρόπο είναι δυνατό. Τα στοιχεία επικοινωνίας για κάθε οργανισμό βρίσκονται στον Οδηγό για Οικογενειακούς Φροντιστές.

ΜΗΝ ΦΟΒΑΣΤΕ ΝΑ ΕΦΑΡΜΟΣΕΤΕ ΤΗΝ ΥΛΑ

Τέλος, είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι η «υποστήριξη των σεξουαλικών δικαιωμάτων» περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών όπως φλερτ, κράτημα χέρι-χέρι, συναισθηματική και σωματική εγγύτητα, το να έχεις σύντροφο (και να τον χάσεις επίσης!), τα φιλιά, τις αγκαλιές κ.λπ.

Είναι λάθος να υποθέτουμε ή να περιμένουμε ότι η προώθηση των σεξουαλικών δικαιωμάτων κάποιου θα οδηγήσει σε όλες τις περιπτώσεις σε σεξουαλική επαφή. Το ότι μπορεί να έχει αυτό το αποτέλεσμα δεν σημαίνει ότι πρέπει να ενεργούμε και να σκεφτόμαστε με γνώμονα ότι θα συμβαίνει πάντα!

Κοιτάξτε την ευρύτερη κοινωνία και την τεράστια ποικιλία των σεξουαλικών και (πολύ συχνότερα) μη σεξουαλικών σχέσεων που υπάρχουν γύρω μας.

Γιατί το φάσμα των σχέσεων που αφορούν τα ΑμεΝα να πρέπει να είναι διαφορετικό;

“

Εισαγωγή

”



ΜΕΡΙΚΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΚΕΨΗ ΠΡΙΝ ΞΕΚΙΝΗΣΕΤΕ

- 1** Το πρώτο βήμα είναι να διαβάσετε την ενότητα των οικογενειακών φροντιστών στον γενικό οδηγό SMARTS. Αυτό θα σας δώσει πολλή τροφή για σκέψη και θα σας βοηθήσει να σκεφτείτε τί είναι καλύτερο για εσάς και τον συγγενή σας.
- 2** Μπορεί επίσης να σας φανεί χρήσιμο να ρίξετε μια ματιά στις άλλες ενότητες του οδηγού SMARTS – έτσι θα μπορέσετε να έχετε μια ιδέα για τα ζητήματα που αφορούν το προσωπικό και τους προϊσταμένους υπηρεσιών. Είναι καλή ιδέα να καταλάβετε πώς η δική τους οπτική επηρεάζεται από διαφορετικών ειδών προβληματισμούς. Αν μπορέσετε, βάλτε τον εαυτό σας στη θέση τους και σκεφτείτε πώς θα νιώθατε αν σας ζητούσαν να βοηθήσετε κάποιον να εκφράσει τα Σεξουαλικά του δικαιώματα και αισθήματα.



*Χρησιμοποιούμε τον όρο 'συγγενής' εννοώντας κάθε μέλος της οικογένειας- αδέρφια, θείους κτλ.

“

Εισαγωγή

”

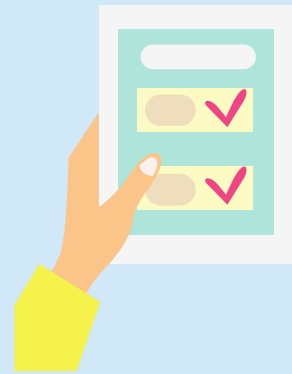


3

Να είστε 100% σαφής και σίγουροι για τα θεμελιώδη δικαιώματα αυτής της προσέγγισης.

- Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία είναι απόλυτα σαφής σχετικά με το δικαίωμα των ατόμων με αναπηρία να απολαμβάνουν την ίδια ελευθερία σεξουαλικής έκφρασης και επιλογής με όλους τους άλλους, να παντρεύονται και να γίνονται γονείς.
- Όλες οι χώρες της Ευρώπης και η Ε.Ε. γενικότερα έχει υπογράψει τη σύμβαση, και έτσι οι υπηρεσίες σε αυτές τις χώρες καλούνται πλέον να την εφαρμόσουν.
- Σιγουρευτείτε πως κατανοείτε τί είναι η ΥΛΑ και πως έχετε ξεκαθαρίσει την μεγάλη απόκλιση ανάμεσα στην ΥΛΑ και την ξεπερασμένη (αλλά ακόμα πολύ συχνή) εκδοχή που ονομάζεται Κατευθυνόμενη Λήψη Απόφασης- όπου κάποιος άλλος παίρνει αποφάσεις εκ μέρους του συγγενή με αναπηρία. Σκεφτείτε τη δική σας οικογενειακή ιστορία- στο παρελθόν μπορεί εύκολα να ήσασταν εσείς που κατευθύνατε τις αποφάσεις! Αν συνέβαινε αυτό, είστε πλέον πρόθυμοι να παραχωρήσετε αυτή τη δύναμη στον συγγενή σας, λαμβάνοντας υπόψιν τις συγκεκριμένες ικανότητές του;

“ Εισαγωγή



4

Με τον ίδιο τρόπο που εσείς κάνατε ένα προσωπικό «ταξίδι» ώστε να καταλήξετε στο παρόν σκεπτικό σας σε σχέση με τα σεξουαλικά δικαιώματα του συγγενή σας, έτσι και πολλές υπηρεσίες κάνουν ένα παρόμοιο «ταξίδι» - ή τουλάχιστον προσπαθούν-αλλά μπορεί να μην έχουν φτάσει (ακόμα) τόσο μακριά όσο εσείς στις σκέψεις και τις πράξεις τους.

5

‘Οι πράξεις μιλάνε δυνατότερα από τα λόγια’ – μην εκπλαγείτε αν υπάρχει απόκλιση μεταξύ αυτού που δηλώνεται ως πολιτική ενός οργανισμού και αυτού που πραγματικά συμβαίνει σε μια υπηρεσία. Φυσικά αυτό μπορεί να συμβεί σε οποιαδήποτε πτυχή μιας υπηρεσίας (π.χ. φαγητό, ελεύθερος χρόνος, καθημερινές ρουτίνες κ.λπ.), αλλά είναι πολύ πιο πιθανό να συμβεί σε τομείς όπως η προώθηση των σεξουαλικών δικαιωμάτων, επειδή αυτό, για κάποιους, θεωρείται αμφιλεγόμενο. Επίσης, φέρνει πολλές προκλήσεις και αντιστάσεις, και συχνά είναι πιο εύκολο να «αφήνεις τα πράγματα όπως ήταν πάντα». Μπορεί να είναι πιο εύκολο για όλους εκτός από το άτομο στο επίκεντρο, που θα συνεχίσει να στερείται τα σεξουαλικά του δικαιώματα –το «ευκολότερο» δεν είναι πάντα το σωστό.

“ Κεφάλαιο 1, ”

Ψάχνετε μια πιθανή νέα υπηρεσία;



Αυτό το κεφάλαιο υποθέτει ότι αναζητάτε μια νέα υπηρεσία για τον συγγενή σας που είναι κατάλληλη για την αναπηρία του/της. Η αναζήτηση μιας «νέας» υπηρεσίας μπορεί να σημαίνει ότι μπορείτε να τη συγκρίνετε με την υπηρεσία που λαμβάνει ήδη ο συγγενής σας, ή μπορεί να είναι η πρώτη υπηρεσία τέτοιου είδους που θα έχει.

Ο καλύτερος τρόπος για να προσεγγίσετε αυτό το ζήτημα είναι να διαχωρίσετε στο μυαλό σας τις απαντήσεις σε δύο διαφορετικές ερωτήσεις: -Τί λέει η μελλοντική υπηρεσία για αυτό το θέμα;- Τί κάνει η μελλοντική υπηρεσία για αυτό το θέμα;

ΤΙ ΛΕΕΙ Η ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ SDM;

Η προσέγγιση «Αυτό-δεν-μας-απασχολεί-εδώ»

Οι υπηρεσίες συχνά αντιμετωπίζουν τα δύσκολα ερωτήματα σχετικά με τη σεξουαλικότητα με το να αποφεύγουν ή να υποκρύπτουν το υποκείμενο ζήτημα.

Για παράδειγμα, οι χρήστες της υπηρεσίας μπορεί στην πραγματικότητα να εκφράζουν τη σεξουαλικότητά τους με διαφορετικούς τρόπους, αλλά αυτό να μην αναγνωρίζεται, με αποτέλεσμα να κινδυνεύουν από παραπληροφόρηση και μη ενημερωμένες επιλογές. Εάν η υπηρεσία δεν αναγνωρίζει ότι τα άτομα που υποστηρίζει είναι σεξουαλικά όντα, όπως όλοι μας, τότε είναι ευκολότερο να αγνοήσει κανείς συμπεριφορές ή δηλώσεις (π.χ. να κρατιούνται χέρι χέρι και να λένε " είμαστε ζευγάρι") ως γεγονότα άνευ σημασίας.

“ **Κεφάλαιο 1** ”

Ψάχνετε μια πιθανή νέα υπηρεσία;



ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΠΡΩΤΑ

Διαβάστε όλες τις διαθέσιμες γραπτές πληροφορίες για την υπηρεσία. Αυτό περιλαμβάνει οποιοσδήποτε πρόσφατες δημοσίως διαθέσιμες αναφορές από επιθεωρήσεις και οποιοδήποτε διαφημιστικό υλικό παράγει η υπηρεσία. Αν υπάρχει η δυνατότητα, μπορείτε ακόμα να ζητήσετε έντυπα που σχετίζονται με πολιτικές και διαδικασίες...



ΓΙΑ ΠΟΙΟ ΠΡΑΓΜΑ ΝΑ ΨΑΞΕΤΕ

- ➔ Αναγνωρίζεται και αναφέρεται η σημασία της Σύμβασης των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία;
- ➔ Ψάξτε για οποιαδήποτε αναφορά στην ΥΛΑ. Τι αναφέρεται για τη διαδικασία λήψης αποφάσεων και ποιος τις παίρνει;
- ➔ Τι αναφέρεται (αν αναφέρεται) για τις σχέσεις μεταξύ των χρηστών της υπηρεσίας; Ενθαρρύνονται; Γίνονται αποδεκτές;
- ➔ Τι αναφέρεται (αν αναφέρεται) για τις σχέσεις μεταξύ των χρηστών της υπηρεσίας και κάποιου εκτός της υπηρεσίας;
- ➔ Η υπηρεσία δέχεται μόνο ένα φύλο ή και διαφορετικά φύλα;
- ➔ Η υπηρεσία ισχυρίζεται ότι «βάζει τον χρήστη υπηρεσιών/το άτομο στο επίκεντρο;» Αν ναι, δίνει κάποια παραδείγματα για το πώς αυτό εφαρμόζεται στην πράξη;
- ➔ Έχει η υπηρεσία κάποια θρησκευτική σύνδεση (πχ. είναι κάποιος οργανισμός που στηρίζεται από την Καθολική ή Ορθόδοξη εκκλησία); Αν ναι, πώς αυτό επηρεάζει τη στάση και τη συμπεριφορά του προσωπικού και την προσέγγιση της υπηρεσίας στα σεξουαλικά δικαιώματα;



Το πιο σημαντικό - τι ΔΕΝ αναφέρουν τα έγγραφα;

Εάν δεν αναφέρονται πουθενά τέτοια θέματα στα έγγραφα – τότε γίνεται ακόμη πιο σημαντικό το να κάνετε όλες τις σωστές ερωτήσεις!

ΤΙ ΝΑ ΡΩΤΗΣΕΤΕ



ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ

- Αν η υπηρεσία δέχεται ένα φύλο, ρωτήστε το γιατί. Υπάρχουν σχέδια να δέχεται και τα δύο φύλα στο μέλλον; Σε μια υπηρεσία που δέχεται μόνο ένα φύλο, πώς αντιδρά το προσωπικό στη σεξουαλική δραστηριότητα μεταξύ των ατόμων που χρησιμοποιούν την υπηρεσία και ατόμων εκτός της υπηρεσίας;
- Ποια είναι η στάση της υπηρεσίας απέναντι στις ερωτικές σχέσεις; Επιτρέπονται, είναι απλά «ανεκτές» ή ενθαρρύνονται; Ρωτήστε πώς λαμβάνονται οι αποφάσεις σχετικά με άτομα που χρησιμοποιούν την υπηρεσία; (Η πιο συνηθισμένη απάντηση είναι κάποιας μορφής «διεπιστημονικής συνάντησης» όπου διάφοροι επαγγελματίες (πιθανόν με κάποιο μέλος της οικογένειας παρόν) ενθαρρύνουν ή πείθουν το υποστηριζόμενο άτομο να συμφωνήσει με τη συλλογική απόφαση. Αυτό ΔΕΝ είναι ΥΛΑ!)
- Πώς θα περίμενε η υπηρεσία να αντιδράσει το προσωπικό αν βρει ένα ζευγάρι να φιλιέται και να αγκαλιάζεται;
- Πώς θα περίμενε η υπηρεσία να αντιδράσει το προσωπικό αν βρει ένα ζευγάρι μαζί στο κρεβάτι;

“
”



- Ρωτήστε πώς διατηρούνται εμπιστευτικά τα αρχεία των υποστηριζόμενων ατόμων; Ποιος έχει πρόσβαση σε αυτά; Θα έχετε εσείς πρόσβαση σε αυτά; Εάν ναι, πώς γνωρίζουν ότι ο συγγενής σας έχει συμφωνήσει σε αυτό;
- Μπορεί η υπηρεσία να κατευθύνει σε τρέχοντες ή προηγούμενους χρήστες υπηρεσιών που έχουν συντρόφους (συμπεριλαμβανομένων όσων παντρεύτηκαν); Πώς (εφόσον συνέβη) υποστήριξε η υπηρεσία την ανάπτυξη αυτών των σχέσεων;
- Ποιες πληροφορίες και οδηγίες είναι διαθέσιμες στα άτομα που χρησιμοποιούν την υπηρεσία σχετικά με τις σχέσεις, τα σεξουαλικά δικαιώματα ή/και την αντισύλληψη; Είναι αυτές οι πληροφορίες προσβάσιμες για άτομα με διανοητική ή άλλη αναπηρία;
- Πόσα άτομα που χρησιμοποιούν την υπηρεσία έχουν ζητήσει τέτοιες πληροφορίες/καθοδήγηση στο παρελθόν;
- Διαθέτει ήδη η υπηρεσία προσωπικό (εσωτερικό ή εξωτερικό) που είναι σε θέση να παρέχει συμβουλές και καθοδήγηση σε μεμονωμένους χρήστες υπηρεσιών σχετικά με τις σχέσεις και τη σεξουαλικότητα;
- Σε ποιο βαθμό η υπηρεσία είναι πρόθυμη και ικανή να παρέχει ιδιωτικότητα στους χρήστες της υπηρεσίας ώστε να συμμετέχουν σε ρομαντική/σεξουαλική δραστηριότητα;

“ _____
_____ ”



- Χρησιμοποιεί η υπηρεσία την προσέγγιση ενός υπαλλήλου φροντίδας; Πώς επιλέγεται; Θα έχει κάποια επιλογή ο συγγενής σας σε αυτή την απόφαση; Μπορεί κάποιος να αλλάξει τον υπάλληλο φροντίδας του αν δεν του αρέσει;
- Ποια εκπαίδευση παρέχεται στο προσωπικό γύρω από τις σχέσεις και τη σεξουαλικότητα;
- Εάν δεν μπορείτε να μάθετε ποια είναι η πολιτική της υπηρεσίας σε αυτά τα ζητήματα, θα ήταν λογικό να ρωτήσετε. Εάν μάθετε ότι η υπηρεσία δεν έχει επίσημη πολιτική σχετικά με αυτό, τότε θα πρέπει να ρωτήσετε γιατί. Η υπηρεσία σκοπεύει να αναπτύξει κάποια πολιτική στο άμεσο μέλλον;
- Τέλος, υπάρχει το δυσάρεστο θέμα οποιασδήποτε μορφής κακοποίησης – συμπεριλαμβανομένης της σεξουαλικής κακοποίησης – στο παρελθόν της υπηρεσίας. Για πολλά χρόνια, πολλές υπηρεσίες έκλειναν τα μάτια λέγοντας «δεν θα μπορούσε ποτέ να συμβεί εδώ!». Η πρόσφατη ιστορία δείχνει πολύ ξεκάθαρα ότι αυτό δεν είναι αλήθεια. Εάν συμβεί, το σημαντικό είναι πώς το αντιμετωπίζει μια υπηρεσία. Θα ήταν λογικό να ρωτήσετε ή τι θα συνέβαινε εάν διαπιστωθεί περίπτωση σεξουαλικής κακοποίησης.

Κεφάλαιο 1

Ψάχνετε μια πιθανή νέα υπηρεσία;



Το να ρωτήσετε τους χρήστες των υπηρεσιών σχετικά με αυτά τα ζητήματα είναι προφανώς ένα «ευαίσθητο» θέμα, επομένως το να κάνετε ευθείς ερωτήσεις δεν είναι καλή ιδέα.

Μπορεί να μην θέλουν να το συζητήσουν – κάτι που είναι απολύτως κατανοητό. Αν βάλτε τον εαυτό σας στη θέση τους και μπορείτε να καταλάβετε γιατί!

Ακόμα κι έτσι, μπορεί να είναι δυνατό να λάβετε κάποιου είδους επιβεβαίωσης (ή όχι) των πληροφοριών που λαμβάνετε από τους υπεύθυνους της υπηρεσίας. Κάθε συζήτηση θα είναι διαφορετική και πρέπει να προσέχετε να μην υπεισέλθετε σε προσωπικά θέματα. Μπορεί να χρειαστούν αρκετές συνομιλίες για να μπορέσετε να έχετε μια σαφή εικόνα της υπηρεσίας από την οπτική γωνία κάποιου που πραγματικά τη χρησιμοποιεί. Θα ήταν επίσης συνετό να προσπαθήσετε να αποκτήσετε περισσότερες από μία απόψεις.

- Θα μπορούσατε απλώς να ξεκινήσετε ρωτώντας τους απλά για τις επιλογές που έχουν για τα καθημερινά πράγματα που κάνουν, πχ. τί ώρα θα σηκωθούν, τί θα φορέσουν, τί θα φάνε.
- Τι κάνουν στη διάρκεια της ημέρας ή στο κέντρο ημέρας ή στη δουλειά τους (αν έχουν); Το επέλεξαν να το κάνουν αυτό ή απλώς τους «δόθηκε»; Αν δεν έχουν επιλογές για αυτά τα καθημερινά πράγματα, είναι πολύ απίθανο να έχουν επιλογές για τη σεξουαλικότητά τους!
- Ρωτήστε τους τι τους αρέσει να κάνουν στον ελεύθερο χρόνο τους. Είναι ιδιαίτερα «καλοί» σε κάτι;

“Κεφάλαιο 1”

Ψάχνετε μια πιθανή νέα υπηρεσία;



- Ρωτήστε τους πώς τα πηγαίνουν με άλλους χρήστες υπηρεσιών και το προσωπικό; Έχουν κάποιο αγαπημένο πρόσωπο; Γιατί είναι το αγαπημένο τους;
- Εάν προκύψει η ευκαιρία από κάποιο σχόλιο που σας έγινε ελεύθερα (και μόνο αν!) μπορείτε να το ρωτήσετε για τις σχέσεις και να δείτε τί απάντηση θα πάρετε – όχι απλά «έχεις σχέση» αλλά περισσότερο το πόσο ανεκτή και ανοικτή είναι η σχέση αυτή στην υπηρεσία.

Μια άλλη πολύτιμη πηγή πληροφοριών μπορεί να βρεθεί από συγγενείς άλλων ατόμων που χρησιμοποιούν την υπηρεσία. Να είστε προσεκτικοί στο πώς προσεγγίζετε αυτό το θέμα γιατί μπορεί να μην έχουν την ίδια άποψη με εσάς σχετικά με τη σημασία της υποστήριξης των σεξουαλικών δικαιωμάτων των συγγενών τους στην υπηρεσία. Ακόμα κι έτσι, συνήθως μπορείτε να μάθετε εάν η υπηρεσία είναι ένα χαρούμενο μέρος, πόσο καλά ανταποκρίνεται στις ατομικές ανάγκες και πώς (σε γενικές γραμμές) αντιμετωπίζει τις σχέσεις και τα σεξουαλικά ζητήματα.

Εννοείται πως πρέπει να λαμβάνονται υπόψη και άλλα δικαιώματα και στοιχεία κατά την αναζήτηση νέου παρόχου υπηρεσιών (όπως η τοποθεσία, η προσβασιμότητα, το μέγεθος, το κόστος κ.λπ.).



Όμως, το δικαίωμα έκφρασης της σεξουαλικότητας είναι θεμελιώδες και όλες οι υπηρεσίες θα πρέπει πλέον να μπορούν να ανταποκριθούν κατάλληλα σε αυτό. Η επιλογή οποιασδήποτε υπηρεσίας δεν σημαίνει ότι πρέπει να αποδεχτείτε ότι ο συγγενής σας θα χάσει κάποιο από τα ανθρώπινα δικαιώματά του.

“ Κεφάλαιο 2 ”

Κοιτάζοντας την παρούσα υπηρεσία



Αυτό το κεφάλαιο ασχολείται με την περίπτωση όπου δεν υπάρχει ιδιαίτερη δυνατότητα επιλογής της υπηρεσίας – μπορεί να είναι η μοναδική διαθέσιμη στην περιοχή σας – επομένως όσα μπορείτε να πείτε και να κάνετε επηρεάζονται από άλλους παράγοντες σε σχέση με το Κεφάλαιο 1.

Δεν θέλετε να πείτε ή να κάνετε τίποτα που θα μπορούσε:

- να διακινδυνεύσει την απόρριψη του συγγενή σας από τη συγκεκριμένη υπηρεσία
- να τον κάνει να νιώσει άγχος ή ντροπή με το προσωπικό ή τους άλλους χρήστες υπηρεσιών εξαιτίας όσων είπατε ή κάνατε
- να τον αναστατώσει τόσο που να θέλει να φύγει
- να οδηγήσει σε τόσο διαφορετική αντιμετώπιση από τους άλλους χρήστες υπηρεσιών που θα προκαλέσει παράπονα από τους γύρω του

Αντίστοιχα δεν θέλετε να:

- Δείτε τα δικαιώματα του συγγενή σας στη σεξουαλική έκφραση να καταλύονται ή να μην γίνονται σεβαστά
- Μείνετε άπραγοι και να μην κάνετε τίποτα για τις παλιές/κακές στάσεις και πρακτικές
- Πετύχετε αλλαγή μόνο για τον συγγενή σας-όλοι οι χρήστες υπηρεσιών θα πρέπει να έχουν στήριξη και ενθάρρυνση στο δικαίωμά τους στη σεξουαλικότητα
- Αποδεχτείτε ότι δεν μπορείτε να κάνετε τίποτα για να βελτιώσετε την κατάσταση.

“ Κεφάλαιο 2 ”

Κοιτάζοντας την παρούσα υπηρεσία



Όπως οποιοσδήποτε που προωθεί μια αλλαγή νοοτροπιών και πολιτικών, βαδίζετε σε ένα δύσκολο μονοπάτι. Αυτό περιλαμβάνει την εύρεση και τη δημιουργία συμμαχιών με στόχο την πίεση για αλλαγή των υπηρεσιών. Μπορεί να βρείτε «συμμάχους» στη διαχείριση της υπηρεσίας, μεταξύ του προσωπικού ή άλλων συγγενών ατόμων που χρησιμοποιούν την υπηρεσία. Φυσικά, ισχύει και το αντίθετο – μπορεί να βρείτε και ισχυρούς αντιπάλους της αλλαγής οπουδήποτε στην υπηρεσία.

ΤΑ ΠΡΩΤΑ ΒΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΛΛΑΓΗ

Πρώτα, ρωτήστε το προσωπικό και τους άλλους συγγενείς τι σκέφτονται για την εφαρμογή της Σύμβασης των Δικαιωμάτων των Ατόμων με Αναπηρία στην υπηρεσία. Ετοιμαστείτε για κάποιες «περίεργες» απαντήσεις, όπως:

‘Τί είναι αυτό;’

‘Κάνουμε ό,τι μας λένε.’

- ‘Οι άνθρωποι εδώ δεν μπορούν να τα κάνουν αυτά.’
- ‘Ναι, τα ξέρουμε. Δεν μπορεί να εφαρμοστεί εδώ’
- ‘Ναι. Τα κάνουμε όλα αυτά εδώ και χρόνια, ποτέ δεν είχαμε πρόβλημα.’
- Προσπαθούμε να το κάνουμε, αλλά θέλει χρόνο και προσπάθεια και η πρόοδος είναι αργή, αλλά σταθερή.’

Η τελευταία απάντηση είναι η καλύτερη που θα μπορούσατε να ακούσετε. Η δική σας εμπειρία και αυτή του συγγενή σας με αναπηρίες μπορεί να υποστηρίξει όσα ακούτε από άλλους. Εάν μια υπηρεσία λέει ότι «τα έχει κάνει ήδη όλα αυτά», να είστε πολύ προσεκτικοί. Ελέγξτε ότι ο ισχυρισμός τους είναι αληθινός.

“ Ενότητα 2 ”

Κοιτάζοντας την παρούσα υπηρεσία



Στη συνέχεια, αποκτήστε μια ξεκάθαρη ιδέα για το πώς ήδη λαμβάνονται οι αποφάσεις για τη ζωή των χρηστών της υπηρεσίας. Για παράδειγμα αναρωτηθείτε τί έχει συμβεί στον συγγενή σας μέχρι τώρα στην παρούσα υπηρεσία; Αυτό θα σας δώσει μια καλή ένδειξη.

Σκεφτείτε πράγματα όπως:

- Ήταν ο συγγενής σας παρόν και σε θέση να εκφράσει τις επιθυμίες του σε οποιαδήποτε συζήτηση σχετικά με αποφάσεις που θα επηρέαζαν τη ζωή του; (πχ. το να μοιραστεί το σωματίό του, να βρει δουλειά, αλλαγές στην καθημερινότητα του κτλ.)
- Ήσασταν κι εσείς παρόντες και εμπλεκόμενοι; Η δική σας στάση επηρέασε τις αποφάσεις;
- Μιλούσατε για τον εαυτό σας ή και/για τον συγγενή σας; Πώς καταλάβατε τί θα επιθυμούσε ο συγγενής σας;
- Γενικότερα, από την μέχρι τώρα εμπειρία σας, τα σημαντικά πράγματα απλά «συμβαίνουν» στους χρήστες της υπηρεσίας, με μικρή ή και καθόλου δική τους εμπλοκή;

Μόλις έχετε μια ξεκάθαρη ιδέα για το μέγεθος της συμμετοχής που έχουν οι χρήστες των υπηρεσιών στη λήψη αποφάσεων που τους επηρεάζουν, θα έχετε μια καλύτερη ιδέα για το πόσο μακριά πρέπει να «ταξιδέψετε» ώστε να φτάσετε στην ΥΛΑ και την προώθηση των σεξουαλικών δικαιωμάτων στο υπηρεσία.

“
Κεφάλαιο 3
”

Ερωτηματολόγιο για Οικογενειακούς Φροντιστές



Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ερωτήσεις ως έναν τρόπο για να αξιολογήσετε κατά πόσο η υπηρεσία προωθεί τα σεξουαλικά δικαιώματα των ατόμων που υποστηρίζει.

Πολλές ερωτήσεις δεν μπορούν να απαντηθούν με ένα απλό «ναι» ή «όχι». Για αυτό το λόγο σας παρέχουμε διαφορετικές επιλογές και απαντήσεις για την κάθε ερώτηση.

Δεν υπάρχει κάποιο συγκεκριμένο σκορ που μια υπηρεσία θα έπρεπε να διαθέτει, αν όμως σημειώσετε πολλά «καθόλου», ίσως θα ήταν σκόπιμο να σκεφτείτε πώς η κατάσταση θα μπορούσε να αλλάξει!

Η Ενότητα 2 δίνει κάποιες χρήσιμες οδηγίες για το πώς να προωθήσετε την αλλαγή στις υπηρεσίες.

“
Ενότητα 3
”

**Ερωτηματολόγιο για
Οικογενειακούς
Φροντιστές**



<p>Βαθμολογήστε τις απαντήσεις σας σε σχέση με τη γενική εντύπωσή σας από την υπηρεσία.</p> <p>Κατά τη γνώμη σας η υπηρεσία...</p>	<p>Ναι/οπωσδήποτε</p>	<p>Συνήθως/Εντάξει</p>	<p>Έτσι κι έτσι</p>	<p>Λίγο</p>	<p>Όχι/Καθόλου</p>
<p>...γνωρίζει τη Διακήρυξη για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία και το τί σημαίνει για τα σεξουαλικά τους δικαιώματα;</p>					
<p>...προσπαθεί με επιτυχία να εφαρμόσει τη Σύμβαση στον τρόπο που λειτουργεί η υπηρεσία;</p>					
<p>...γνωρίζει για την ΥΛΑ (ακόμα και αν δεν την αποκαλεί έτσι);</p>					
<p>...εφαρμόζει με επιτυχία την ΥΛΑ (πχ. τα υποστηριζόμενα άτομα στηρίζονται πάντα ώστε να παίρνουν αποφάσεις για τον εαυτό τους);</p>					
<p>...εξηγεί πράγματα γύρω από τις σχέσεις και τη σεξουαλικότητα με τρόπο κατανοητό τόσο για εσάς, όσο και για τον συγγενή σας;</p>					
<p>...ακούει την άποψη των υποστηριζόμενων ατόμων και (όταν αυτό είναι δυνατόν) ακολουθεί την επιθυμία τους;</p>					
<p>...ακούει όσα έχουν να πουν οι συγγενείς για την υποστήριξη που λαμβάνει ο συγγενής τους;</p>					
<p>...έχει ξεκάθαρες πολιτικές σχετικά με τις σχέσεις και τη σεξουαλικότητα που σέβονται τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία;</p>					
<p>...εφαρμόζει στην καθημερινότητα πρακτικές και παροχές σχετικές με τα σεξουαλικά δικαιώματα και τη σεξουαλική έκφραση των υποστηριζόμενων ατόμων;</p>					
<p>...έχει κάποια παρελθοντική εμπειρία υποστήριξης ατόμων στην έκφραση των δικαιωμάτων τους στη σεξουαλικότητα;</p>					
<p>...έχει πρόσβαση σε ειδικούς που μπορούν να βοηθήσουν τα υποστηριζόμενα άτομα σε ζητήματα που έχουν να κάνουν με τη σεξουαλικότητα και τις σχέσεις;</p>					

...πιστεύει ότι αυτά τα ζητήματα είναι άξια συζήτησης;					
...ουσιαστικά πραγματοποιεί όσα λέει ότι θα κάνει σε σχέση με αυτά τα ζητήματα;					
...βάζει το υποστηριζόμενο άτομο στο κέντρο των αποφάσεων σε σχέση με αυτά τα ζητήματα					



SMARTS

**Σας ευχαριστούμε που διαβάσατε αυτό το
εγχειρίδιο**

**Ευχόμαστε αυτός ο οδηγός να σας
βοήθησε να καταλάβετε λίγο περισσότερα
για αυτό το κομμάτι της ζωής!**