



SMARTS

(Supporting Me About Rights to Sexuality)

Οδηγός Υποστηριζόμενης Λήψης
Αποφάσεων στον τομέα της
σεξουαλικότητας για
οικογενειακούς φροντιστές



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΦΩΝΙΑΣ
2020-1-ES01-KA204-082783

Μέλη:





ΔΕΙΚΤΗΣ

Επισκόπηση των Κατευθυντήριων Γραμμών.....	7
Το έργο SMARTS με λίγα λόγια	9
Κατάλογος συντομογραφιών	10
Ενότητα 1 - Εισαγωγή: Σεξουαλικότητα και άτομα με αναπηρίες - ένα θεμελιώδες δικαίωμα για όλες και όλους.....	11
▶ Τι είναι η σεξουαλικότητα στο πεδίο της αναπηρίας; Βασικές έννοιες που θα πρέπει να έχουμε κατά νου	11
▶ Το νομικό πλαίσιο και η σημερινή κατάσταση σε επίπεδο ΕΕ.....	12
▶ Σεξουαλικότητα και άτομα με αναπηρία	15
▶ Εμπόδια στη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα των ΑμεΑ	16
Ενότητα 2 - Γνωριμία με την Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων (ΥΛΑ).....	19
▶ Εισαγωγή στην Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων στο πλαίσιο των συγκεκριμένων κατευθυντήριων γραμμών	19
▶ ΥΛΑ και Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (UNCRPD)	19
▶ Τι είναι, λοιπόν, η Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων (ΥΛΑ);.....	21
▶ Δημιουργία υπηρεσιών ΥΛΑ.....	23
▶ Τα βασικά στάδια της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων	27
Ενότητα 3 - Εφαρμογή της ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας	32
▶ Εισαγωγή: Γιατί να χρησιμοποιήσουμε την ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας.	32
▶ Επικοινωνία και σεξουαλικότητα.....	36
▶ Επικοινωνία για το ζήτημα της σεξουαλικότητας	37
▶ Πρόσβαση στην επικοινωνία και τρόποι βελτίωσής της	40
▶ Αναστοχαστική ακρόαση για τη σεξουαλικότητα.....	42
▶ Διερεύνηση των αξιών και των στάσεων μας στο θέμα της σεξουαλικότητας.....	44
▶ Νοοτροπία Ανάπτυξης.....	50
Ενότητα 4 - Προστασία και Σεξουαλική Κακοποίηση.....	52
▶ Προστασία και σεξουαλική κακοποίηση.....	52
▶ Τι είναι η σεξουαλική κακοποίηση.....	54
▶ Ενδείξεις και συμπτώματα σεξουαλικής κακοποίησης.....	54
▶ Τι πρέπει να κάνω αν μου γνωστοποιηθεί περιστατικό σεξουαλικής κακοποίησης;	55

- ▶ Τι ισχύει για το ζήτημα της εμπιστευτικότητας; 58
- ▶ Ποια αγγίγματα είναι εντάξει;..... 59
- ▶ Τι πρέπει να κάνω αν υποψιαστώ ότι διαπράττεται σεξουαλική κακοποίηση; 59
- ▶ Πώς μπορώ να βοηθήσω τα άτομα που υποστηρίζω να διαφυλάσσουν την ασφάλειά τους; 60

Ενότητα 5 - ΥΛΑ στον τομέα της σεξουαλικότητας - κατευθύνσεις απευθυνόμενες σε οικογενειακούς φροντιστές 62

- ▶ Αυτές οι κατευθύνσεις αφορούν οικογένειες/οικογενειακούς φροντιστές..... 62
- ▶ Μαθαίνοντας να ακούμε πραγματικά..... 62
- ▶ Τί συμβαίνει με τις δικές μου απόψεις, πεποιθήσεις και αξίες; 65
- ▶ Όταν οι επιλογές συγκρούονται: ένα ζήτημα προσωπικών δικαιωμάτων 73
- ▶ ΥΛΑ για τη σεξουαλικότητα: κατευθύνσεις απευθυνόμενες σε οικογένειες: 75

Ενότητα 6 - ΥΛΑ & αγάπη, συναισθηματικοί δεσμοί και συγκρούσεις στις σχέσεις 78

- ▶ Γενικές σκέψεις σχετικά με την αγάπη, τους συναισθηματικούς δεσμούς και τις συγκρούσεις στις σχέσεις..... 78
- ▶ Γενικές σκέψεις σχετικά με την αγάπη, τους συναισθηματικούς δεσμούς και τις συγκρούσεις στις σχέσεις για ΑμεΑ 78
- ▶ Τι λέει το νομικό πλαίσιο;..... 79
- ▶ Ερωτήσεις για υποστηρικτές 80
- ▶ Υποστηρίζοντας το ΥΑ στη λήψη ενημερωμένων αποφάσεων 82
- ▶ Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές 83

Ενότητα 7 - ΥΛΑ & Αντισύλληψη, Διατήρηση Της Γονιμότητας Και Δημιουργία Οικογένειας 85

- ▶ Γενικές σκέψεις σχετικά με την αντισύλληψη, τη διατήρηση της γονιμότητας και τη δημιουργία οικογένειας 85
- ▶ Γενικές σκέψεις σχετικά με την αντισύλληψη, τη διατήρηση της γονιμότητας και τη δημιουργία οικογένειας για τα άτομα με αναπηρία 85
- ▶ Τι λέει το Νομικό Πλαίσιο;..... 87
- ▶ Ερωτήσεις για Υποστηρικτές..... 88
- ▶ Υποστηρίζοντας το ΥΑ στη Λήψη Ενημερωμένων Αποφάσεων 89
- ▶ Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές 91

Ενότητα 8 - ΥΛΑ και φροντίδα του σώματος σου και σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα (ΣΜΝ) .. 94

- ▶ Γενικές παρατηρήσεις σχετικά με τη φροντίδα του σώματος και ΣΜΝ 94
- ▶ Γενικές παρατηρήσεις σχετικά με τη φροντίδα του σώματος και ΣΜΝ για ΑμεΑ..... 94
- ▶ Τι λέει το νομικό πλαίσιο για αυτό; 95

- ▶ Ερωτήσεις για αυτό το θέμα για τους Υποστηρικτές που υποστηρίζουν τα ΥΑ να λάβουν ενημερωμένες αποφάσεις 96
- ▶ Υποστήριξη του ΥΑ για να λαμβάνει ενημερωμένες αποφάσεις 97
- ▶ Ερωτήσεις για τους Οικογενειακούς Φροντιστές 98

Ενότητα 9 - ΥΛΑ & η Χρήση του Διαδικτύου και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης για ερωτικούς και σεξουαλικούς σκοπούς 101

- ▶ Γενικοί Προβληματισμοί σχετικά με την χρήση του διαδικτύου και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης για ερωτικούς και σεξουαλικούς σκοπούς 101
- ▶ Γενικοί Προβληματισμοί για τα ΑμεΑ..... 101
- ▶ Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο πάνω σε αυτό το θέμα; 102
- ▶ Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές..... 103
- ▶ Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λαμβάνει ενημερωμένες αποφάσεις..... 104
- ▶ Ερωτήσεις για τους Οικογενειακούς Φροντιστές σχετικά με αυτό το θέμα..... 106

Ενότητα 10 - ΥΛΑ και Πορνογραφία..... 109

- ▶ Γενικές εκτιμήσεις για την πορνογραφία 109
- ▶ Γενικές εκτιμήσεις για την πορνογραφία ΓΙΑ ΑμεΑ 109
- ▶ Τι λέει το νομικό πλαίσιο για αυτό; 110
- ▶ Ερωτήσεις για τους υποστηρικτές για αυτό το θέμα..... 110
- ▶ Υποστήριξη του ΥΑ να λαμβάνει ενημερωμένες αποφάσεις 112
- ▶ Ερωτήσεις για τους Οικογενειακούς Φροντιστές για αυτό το θέμα 112

Ενότητα 11 - ΥΛΑ και ΑΓΟΡΑΙΟΣ ΕΡΩΤΑΣ 115

- ▶ ΥΛΑ & αγοραίος έρωτας..... 115
- ▶ Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον αγοραίο έρωτα (ερωτικοί βοηθοί και πόρνες) για τα ΑμεΑ..... 117
- ▶ Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτές τις περιπτώσεις; 117
- ▶ Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα 118
- ▶ Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις 120
- ▶ Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές 120

Ενότητα 12 - ΥΛΑ και Αυνανισμός και η Χρήση Ερωτικών Βοηθημάτων 122

- ▶ Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον αυνανισμό και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων..... 122
- ▶ Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον αυνανισμό και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων για τα ΑμεΑ..... 122
- ▶ Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτές τις περιπτώσεις; 123
- ▶ Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα 123

▶ Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις	125
▶ Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές	126
Ενότητα 13 - ΥΛΑ και Ακατάλληλες Σεξουαλικές Συμπεριφορές	129
▶ Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τις ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές:.....	129
▶ Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τις ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές για τα ΑμεΑ: 130	
▶ Τί λέει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτό;	131
▶ Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα	132
▶ Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις	134
▶ Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές	135
Ενότητα 14 - ΥΛΑ και Σεξουαλικός Προσανατολισμός	137
▶ Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον σεξουαλικό προσανατολισμό:	137
▶ Γενικοί προβληματισμοί σχετικά τον σεξουαλικό προσανατολισμό και τα ΑμεΑ:	137
▶ Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτές τις περιπτώσεις;	138
▶ Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα	139
▶ Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις	140
▶ Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές	140
Βιβλιογραφία.....	143
▶ Βιβλιογραφία ανά Ενότητα.....	143
▶ Βιβλιογραφία ανά θέμα.....	145
Παράρτημα 1.....	149
▶ Συμφωνία Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων	150
▶ Έντυπο για το Εξατομικευμένο Πλάνο Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων. Ακολουθεί ένα συμπληρωμένο παράδειγμα Εξατομικευμένου Πλάνου για μια υποστηριζόμενη απόφαση σχετικά με την απώλεια βάρους.	156
▶ Έντυπο για Εξατομικευμένο Πλάνο Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων, Παράδειγμα	157
▶ Έντυπο Ανατροφοδότησης του Υποστηριζόμενου Ατόμου	158
▶ ΕΝΤΥΠΟ ΑΥΤΟ-ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ	162
Παράρτημα 2.....	166

Επισκόπηση των Κατευθυντήριων Γραμμών

Οι κατευθυντήριες γραμμές για την Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων στον τομέα της σεξουαλικότητας απευθύνονται στις τρεις βασικές ομάδες οι οποίες υποστηρίζουν Άτομα με Νοητικές Αναπτυξιακές Διαταραχές ή/και Άτομα με Διαταραχές Ψυχικής Υγείας. Οι τρεις ομάδες είναι οι οικογένειες / οικογενειακοί φροντιστές, οι επαγγελματίες στις υποστηρικτικές υπηρεσίες και οι προϊστάμενοι των υπηρεσιών.

Οι κατευθυντήριες γραμμές θα εστιάσουν στις διαδικασίες της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων (ΥΛΑ) που αφορούν το ευρύ φάσμα των διαφόρων καταστάσεων ζωής όπου είναι παρούσα η σεξουαλικότητα και τις οποίες μπορεί να κληθεί να αντιμετωπίσει κάποιο μέλος αυτών των τριών ομάδων όταν παρέχει υποστήριξη σε άτομα με αναπηρία στο συγκεκριμένο σας πλαίσιο ή/και εργασιακό χώρο.

Να σημειωθεί ότι σε όλο το έγγραφο, τα Άτομα με Νοητικές Αναπτυξιακές Διαταραχές και τα Άτομα με Διαταραχές Ψυχικής Υγείας θα αναφέρονται ως ΑμεΑ (Άτομα με Αναπηρία) ή ως το «υποστηριζόμενο άτομο».

Οι κατευθυντήριες γραμμές έχουν την ακόλουθη δομή:

Σημείωση: Οι Ενότητες 1 - 4 απευθύνονται σε όλους σε συνδυασμό με τη σχετική Ενότητα 5, 6 ή 7. Για κάποιους αναγνώστες μπορεί να είναι χρήσιμο να δουν πως άλλοι εμπλεκόμενοι προσεγγίζουν αυτό το θέμα και να καταλάβουν τις ανησυχίες που μπορεί να έχουν.

- » **Ενότητα 1. Εισαγωγή:** ευαισθητοποίηση ως προς το πλαίσιο που αφορά γενικότερα τη σεξουαλικότητα και τα άτομα με αναπηρία, και ειδικότερα τα ΑμεΑ.
- » **Ενότητα 2. Γνωριμία με την Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων:** παρέχεται μια περιεκτική και δυναμική εισαγωγή που αφορά το περιεχόμενο και την διαδικασία της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων, ώστε να αποκτήσετε μια συνολική εικόνα του τρόπου λειτουργίας της και να έχετε στην διάθεσή σας κάποιες κατευθυντήριες γραμμές για το πώς μπορεί να εφαρμοστεί με τον καλύτερο τρόπο σε μεγάλη ποικιλία περιπτώσεων και στο ευρύ φάσμα καθημερινών καταστάσεων.
- » **Ενότητα 3. Εφαρμογή της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων στον τομέα της Σεξουαλικότητας:** αυτή η ενότητα θα ασχοληθεί με τους βασικούς και σημαντικούς τομείς οι οποίοι είναι οι κεντρικοί άξονες της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων για τον συγκεκριμένο τομέα της σεξουαλικότητας. Είναι σημαντικό να τους γνωρίζετε, ως υποστηρικτές, κατά την πράξη της εφαρμογής της προσέγγισης ΥΛΑ με ΑμεΑ.
- » **Ενότητα 4. Προστασία και σεξουαλική κακοποίηση:** υπάρχει πιθανότητα, κατά την εφαρμογή της ΥΛΑ στον τομέα της σεξουαλικότητας, να ανακαλύψουν οι υποστηρικτές κάποια μορφή τρέχουσας ή προηγούμενης σεξουαλικής κακοποίησης του Υποστηριζόμενου Ατόμου. Αυτή η ενότητα θα παρέχει συγκεκριμένες πληροφορίες και κατευθύνσεις σχετικά με αυτά τα θέματα, έτσι ώστε οι υποστηρικτές να είναι ενήμεροι και να ξέρουν πώς να ανταποκριθούν.

- » **Ενότητα 5. Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων στον τομέα της σεξουαλικότητας κατευθύνσεις απευθυνόμενες σε οικογενειακούς φροντιστές.**
- » **Ενότητα 6. ΥΛΑ & αγάπη, συναισθηματική δεσμοί και συγκρούσεις στις σχέσεις**
- » **Ενότητα 7. ΥΛΑ & αντισύλληψη, διατήρηση της γονιμότητας και δημιουργία οικογένειας**
- » **Ενότητα 8. ΥΛΑ και η φροντίδα του σώματός σου και & σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα**
- » **Ενότητα 9. ΥΛΑ & η χρήση του διαδικτύου και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης για ερωτικούς και σεξουαλικούς σκοπούς**
- » **Ενότητα 10. ΥΛΑ & Πορνογραφία**
- » **Ενότητα 11. ΥΛΑ & "αγοραίος έρωτας.**
- » **Ενότητα 12. ΥΛΑ και Αυνανισμός και η Χρήση Ερωτικών Βοηθημάτων**
- » **Ενότητα 13. ΥΛΑ και Ακατάλληλες Σεξουαλικές Συμπεριφορές**
- » **Ενότητα 14. ΥΛΑ και Σεξουαλικός Προσανατολισμός**
- » **Παράρτημα 1**
- » **Παράρτημα 2**

Το έργο SMARTS με λίγα λόγια

Αυτές οι κατευθυντήριες γραμμές αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο του **Ευρωπαϊκού Χρηματοδοτούμενου Έργου SMARTS**.

Τι πραγματεύεται το SMARTS; Το 'SMARTS' είναι ακρωνύμιο για 'Supporting Me About Rights To Sexuality', δηλαδή, Υποστήριξη για τα Δικαιώματα Μου στη Σεξουαλικότητα. Είναι ένα συναρπαστικό πόνημα σχετικά με τα σεξουαλικά δικαιώματα και τις αναπηρίες. Η διάρκεια του έργου είναι 3 έτη με έναρξη την 1η Σεπτεμβρίου 2020 και λήξη στις 31 Αυγούστου 2023.

Συνοπτικό πλαίσιο του έργου: Όλοι γνωρίζουμε ότι, ανέκαθεν, η κοινή αντίληψη για τα άτομα με αναπηρία ήταν ότι δεν είχαν σεξουαλικές επιθυμίες και εάν είχαν ήταν κάτι που έπρεπε να κατασταλεί και να αποσιωπηθεί. Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCRPD) αναφέρει πολύ ξεκάθαρα στο Άρθρο 12 ότι τα άτομα με αναπηρία απολαμβάνουν ισότιμη αναγνώριση ενώπιον του νόμου και ικανότητα προς δικαιοπραξία σε ίση βάση με τους άλλους. Από αυτή την άποψη, υπάρχει αυξημένη ευαισθητοποίηση σχετικά με την αντιμετώπιση της σεξουαλικότητας των ΑμεΑ ως αναφαίρετο δικαίωμα μέσω της ευρείας παραγωγής εκπαιδευτικού και ενημερωτικού υλικού και πηγών. Ωστόσο, παρά το γεγονός ότι έχει παραχθεί εξαιρετικό εκπαιδευτικό υλικό και προγράμματα κατάρτισης για την αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με τη σεξουαλικότητα, φαίνεται να είχαν χαμηλό αντίκτυπο, μέχρι στιγμής, στον τρόπο με τον οποίο τα ΑμεΑ μπορούν στην πραγματικότητα να ασκούν σεξουαλικές δραστηριότητες και να εκφράζουν τη σεξουαλικότητά τους με όποιον τρόπο επιλέξουν.

Κύριος Στόχος του SMARTS: Το έργο SMARTS είναι αφιερωμένο στην κάλυψη αυτού του κενού, μεταξύ της γνώσης που αποκτάται και της πρακτικής εφαρμογής της. Χρησιμοποιώντας την τεχνική της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων, το έργο SMARTS θα διερευνήσει τρόπους να επιστραφεί ο έλεγχος στα ΑμεΑ για τις δικές τους επιλογές σχετικά με τη σεξουαλικότητά τους. Χρησιμοποιώντας τα προϊόντα του SMARTS, αναμένεται τα ΑμεΑ στο να αισθάνονται πιο ενδυναμωμένα να λαμβάνουν υποστηριζόμενες αποφάσεις για τη σεξουαλικότητά τους και οι υποστηρικτές να αισθάνονται καλύτερα εξοπλισμένοι για να υποστηρίξουν τη λήψη αποφάσεων.

Παραδοτέα του Έργου: Το έργο θα παράξει τα ακόλουθα παραδοτέα:

- » Κατευθυντήριες γραμμές για την υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων και πρακτικές στον τομέα της σεξουαλικότητας για ΑμεΑ απευθυνόμενες σε οικογένειες, επαγγελματίες και προϊστάμενους υπηρεσιών.
- » Εργαλειοθήκη ευαισθητοποίησης για ΑμεΑ.
- » Σεμινάριο κατάρτισης για τους επαγγελματίες.

Οι Εταίροι του Έργου: η διεθνής συνεργασία αποτελείται από 5 οργανισμούς με συμπληρωματική τεχνογνωσία:

» **Τρεις φορείς παροχής υπηρεσιών:**

- Astres Foundation, οι συντονιστές του έργου (Ισπανία),
- Associacao para a recuperacao de cidadaos inadaptados da lousa (A.R.C.I.L) (Πορτογαλία),
- Ίδρυμα «Η Θεοτόκος» (Ελλάδα).

» **Δύο τεχνικοί εταίροι:**

- Social Care Training (Ηνωμένο Βασίλειο) παραγωγή της εκπαίδευσης επαγγελματιών,
- EASPD (Βέλγιο) εκπροσώπηση των παροχών υπηρεσιών.

Το έργο βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στη χρήση της μεθοδολογίας ΥΛΑ από ένα προηγούμενο έργο που χρηματοδοτήθηκε από την ΕΕ, 'I Decide' (Εγώ Αποφασίζω). Για περισσότερες πληροφορίες για αυτό το έργο και για την ΥΛΑ επισκεφθείτε το <https://idecide-project.eu/index.php/el/>

Θέλετε να μάθετε περισσότερα για το έργο SMARTS; Για περισσότερες πληροφορίες για το έργο και για να κάνετε δωρεάν λήψη στα παραδοτέα του έργου, επισκεφθείτε το www.smarts-project.com.

Κατάλογος συντομογραφιών

- » **ΕΕ:** Ευρωπαϊκή Ένωση
- » **HIV/AIDS:** Ιός Ανοσοανεπάρκειας του Ανθρώπου / Σύνδρομο της Επίκτητης Ανοσολογικής Ανεπάρκειας
- » **IPFF:** International Planned Parenthood Federation (Διεθνής Ομοσπονδία Προγραμματισμένης Γονείας)
- » **ΛΟΑΤΚΙ:** Λεσβία, Ομοφυλόφιλος, Αμφιφυλόφιλος, Τρανς, Queer, Ιντερσεξ
- » **ΑμεΑ:** Άτομα με Νοητικές Αναπτυξιακές Διαταραχές ή/και Άτομα με Διαταραχές Ψυχικής Υγείας
- » **ΥΛΑ:** Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων
- » **ΥΑ:** Υποστηριζόμενο Άτομο
- » **ΣΜΝ:** Σεξουαλικά Μεταδιδόμενες Νόσοι
- » **ΟΗΕ:** Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών
- » **UNCPRD:** Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία
- » **UNFPA:** United Nations Fund for Population Activities (τώρα γνωστό ως The United Nations Population Fund – Ταμείο των Ηνωμένων Εθνών για τον Πληθυσμό)
- » **ΠΟΥ:** Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας

Εισαγωγή: Σεξουαλικότητα και άτομα με αναπηρίες - ένα θεμελιώδες δικαίωμα για όλες και όλους

- ▶ Τι είναι η σεξουαλικότητα στο πεδίο της αναπηρίας; Βασικές έννοιες που θα πρέπει να έχουμε κατά νου

Η σφαιρική έννοια της σεξουαλικότητας

Η σεξουαλικότητα αποτελεί σύνθετη έννοια και ο ορισμός ενδέχεται να αποδειχθεί δύσκολος. Συχνά υπάρχουν διαφορετικές ερμηνείες, ενώ οι οπτικές γωνίες μέσα από τις οποίες μπορεί κανείς να την προσεγγίσει ποικίλλουν. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ 2006), η σεξουαλικότητα δύναται να οριστεί ως «κεντρική πτυχή της ύπαρξης του ανθρώπου σε όλη τη διάρκεια της ζωής του, η οποία περιλαμβάνει το φύλο, τις ταυτότητες και τους ρόλους των φύλων, τις σεξουαλικές προτιμήσεις, τον ερωτισμό, την ευχαρίστηση, τις ερωτικές σχέσεις και την αναπαραγωγή. Η σεξουαλικότητα βιώνεται και εκφράζεται με σκέψεις, φαντασιώσεις, επιθυμίες, πεποιθήσεις, συμπεριφορές, αξίες, πρακτικές, ρόλους και σχέσεις. Αν και μπορεί να περιλαμβάνει το σύνολο των διαστάσεων αυτών, δεν βιώνονται ούτε εκφράζονται πάντα όλες. Η σεξουαλικότητα επηρεάζεται από την αλληλεπίδραση βιολογικών, ψυχολογικών, κοινωνικών, οικονομικών, πολιτικών, πολιτιστικών, ηθικών, νομικών, ιστορικών, θρησκευτικών και πνευματικών παραγόντων».

Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία: η σημασία τους για τη σεξουαλικότητα

Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και ευεξία συνδέονται άρρηκτα με τη σεξουαλικότητα. Αποτελούν απαραίτητα στοιχεία για μια υγιή και ικανοποιητική σεξουαλική ζωή, καθώς και για υγιείς και ικανοποιητικές σεξουαλικές σχέσεις. Ο ΠΟΥ υπογραμμίζει τη σημασία μιας θετικής προσέγγισης στη σεξουαλικότητα, η οποία θα εστιάζει σε ευχάριστες σεξουαλικές εμπειρίες, απαλλαγμένες από τον εξαναγκασμό, τις διακρίσεις και τη βία. Επιπλέον, για τη δημιουργία σεξουαλικά υγιών κοινωνιών, οι φορείς χάραξης πολιτικής, οι εκπαιδευτικοί και οι πάροχοι υπηρεσιών φροντίδας οφείλουν να συμμερίζονται και να προάγουν τον θετικό αυτό προσανατολισμό (ΠΟΥ 2006). Με την πάροδο του χρόνου, καλλιεργήθηκε η ολοένα αυξανόμενη ανάγκη μιας θετικής και επαγγελματικής προσέγγισης στη σεξουαλικότητα των ΑμεΑ. Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των ΑμεΑ, καθώς και η πρόσβασή τους σε υπηρεσίες σεξουαλικής υγείας και στη σχετική πληροφόρηση, αποτελούν ζητήματα που παραβλέπονταν συστηματικά. Η παραμέλησή τους οφείλεται στο ευρέως διαδεδομένο στίγμα, σε εσφαλμένες αντιλήψεις και στην άγνοια. (Τμήμα Οικονομικών και Κοινωνικών Υποθέσεων του ΟΗΕ, 2019, σ. 5).

Συναίνεση: μία από τις κυριότερες διαστάσεις στο πεδίο της σεξουαλικότητας

Το ζήτημα της σεξουαλικότητας και των σχέσεων συνδέεται στενά με συναισθήματα, αισθήματα και επιθυμίες. Η έκφρασή τους είναι δυνατή με πολλούς διαφορετικούς τρόπους και συμβάλλουν σε μεγάλο βαθμό στην ύπαρξη ικανοποιητικών και ασφαλών σεξουαλικών σχέσεων. Η συναίνεση αποτελεί κεντρικό θέμα και βρίσκεται στον πυρήνα της σεξουαλικότητας. Η αναγνώριση των συναισθημάτων και των αισθημάτων του/της συντρόφου είναι πράγματι το καθοριστικό στοιχείο για την κατανόηση, την παροχή και την αποδοχή της συναίνεσης σε μια σεξουαλική σχέση η οποία θα βιώνεται ως ευχαρίστηση. Ο ΠΟΥ (2006) αναγνωρίζει τη γνωστική ανάπτυξη ως ένα εκ των τριών ζητημάτων που ανακύπτουν όσον αφορά την υγιή σεξουαλική ανάπτυξη. Η γνωστική ανάπτυξη εμπεριέχει τις ικανότητες της αφηρημένης σκέψης, της κατανόησης αφηρημένων εννοιών, του υπολογισμού των συνεπειών και της λήψης αποφάσεων. Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCRPD), στο άρθρο 23α, αναφέρει ρητά ότι η ελεύθερη και πλήρης συναίνεση των υποψήφιων συζύγων είναι απαραίτητη προϋπόθεση για τον γάμο και τη δημιουργία οικογένειας από ΑμεΑ.

Αναγνώριση συναισθημάτων και επιθυμιών

Σχετικές μελέτες δείχνουν ότι τα ΑμεΑ είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τα δικά τους συναισθήματα καθώς και τις εκφράσεις του προσώπου άλλων ανθρώπων. Μέσω της εκπαίδευσης είναι επίσης δυνατή η περαιτέρω βελτίωση της εν λόγω δεξιότητας (Moore, 2001). Πιο συγκεκριμένα, τα ΑμεΑ έχουν την ικανότητα να αντιλαμβάνονται τη διαφορά μεταξύ ευχάριστων και δυσάρεστων συναισθημάτων. Ωστόσο, αντιμετωπίζουν μεγαλύτερη δυσκολία στην αναγνώριση κάποιων συγκεκριμένων συναισθημάτων (McClure et al., 2009). Οι μελέτες αυτές καταδεικνύουν, επομένως, ότι με την κατάλληλη υποστήριξη και εκπαίδευση, τα ΑμεΑ μπορούν να καλλιεργήσουν τη δεξιότητα της μάθησης σε ό,τι αφορά τη συναίνεση καθώς και τη δεξιότητα της λήψης αποφάσεων, όχι μόνο βάσει των δικών τους συναισθημάτων και επιθυμιών, αλλά λαμβάνοντας επιπλέον υπόψη τους τα αισθήματα και τα συναισθήματα των ανθρώπων γύρω τους.

► Το νομικό πλαίσιο και η σημερινή κατάσταση σε επίπεδο ΕΕ

Συνοπτική επισκόπηση νομοθετικών πράξεων

Σε ευρωπαϊκό επίπεδο, υπάρχει μια σειρά νομοθετικών πράξεων και κανονισμών αναφορικά με τα σεξουαλικά δικαιώματα των ΑμεΑ:

Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για την εξάλειψη κάθε μορφής διάκρισης εις βάρος των γυναικών (1979)	<ul style="list-style-type: none">» Διεθνής συνθήκη ανθρωπίνων δικαιωμάτων.» Κατευθυντήριες γραμμές για τον τερματισμό των διακρίσεων σε βάρος των γυναικών.» Πρόληψη των διακρίσεων σε 3 διαφορετικά επίπεδα: προσωπικό, οργανωσιακό και εθνικό.
---	---

<p>Πρόγραμμα Δράσης της Διεθνούς Διάσκεψης για τον Πληθυσμό και την Ανάπτυξη (1994)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Διεθνές σχέδιο δράσης. » Ανθρώπινα δικαιώματα, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, ισότητα των φύλων. » Ένας εκ των στόχων: πρόσβαση σε υπηρεσίες αναπαραγωγικής και σεξουαλικής υγείας, συμπεριλαμβανομένου του οικογενειακού προγραμματισμού.
<p>Χάρτης των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών δικαιωμάτων της Διεθνούς Ομοσπονδίας Οικογενειακού Προγραμματισμού (1997)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Πλαίσιο δεοντολογίας. » Περιγράφει λεπτομερώς διαφορετικά ζητήματα που σχετίζονται με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία. » Εργαλείο συνηγορίας. » Αποσκοπεί στην ενίσχυση των Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων (ΜΚΟ) σε ό,τι αφορά το έργο των δράσεων για τα ανθρώπινα δικαιώματα στον τομέα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.
<p>Χάρτης των θεμελιωδών δικαιωμάτων της ΕΕ (2000)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Θεμελιώδη δικαιώματα και ελευθερίες των πολιτών και των κατοίκων της ΕΕ. » Δεσμευτική για τα κράτη μέλη της ΕΕ σε έξι τομείς. » Στους τομείς αυτούς συμπεριλαμβάνεται η αξιοπρέπεια, η ελευθερία και τα δικαιώματα του πολίτη.
<p>Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (2006)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Διεθνής συνθήκη ανθρωπίνων δικαιωμάτων. » Προστατεύει και προάγει τα ανθρώπινα δικαιώματα, την αξιοπρέπεια, τις θεμελιώδεις ελευθερίες και την πλήρη ισότητα των ΑμεΑ.
<p>Διακήρυξη της Διεθνούς Ομοσπονδίας Οικογενειακού Προγραμματισμού για τη σεξουαλικότητα (2008)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Συλλογή πράξεων για τα ανθρώπινα δικαιώματα. » Αφορά τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα.
<p>Ατζέντα 2030 των Ηνωμένων Εθνών για τη βιώσιμη ανάπτυξη (2015)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Διεθνής στρατηγική. » 17 στόχοι των Ηνωμένων Εθνών για το 2030. » Ένας εκ των στόχων: ενδυνάμωση των κοριτσιών και των γυναικών.

<p>Αρχές της Yogyakarta για τον σεξουαλικό προσανατολισμό, την ταυτότητα φύλου, την έκφραση φύλου και τα χαρακτηριστικά φύλου (2017)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » 29 διεθνείς αρχές. » Εφαρμογή των ανθρωπίνων δικαιωμάτων σε σχέση με τη σεξουαλικότητα, το φύλο και την εξάλειψη του σεξουαλικού αποκλεισμού και της κακοποίησης των ΛΟΑΤΚΙ (λεσβιών, ομοφυλόφιλων, αμφιφυλόφιλων τρανς, queer και ίντερσεξ ατόμων).
<p>Στρατηγική της ΕΕ για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία 2021-2030 (2021)</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Το όραμα της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την περίοδο 2021-2030. » Προτάσεις, πρωτοβουλίες και δεσμεύσεις για τη βελτίωση της ζωής των ΑμεΑ.

UNCRPD: Η κυριότερη νομοθετική πράξη που θα πρέπει να θυμάστε.

Όσον αφορά τα ανθρώπινα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία, η σημαντικότερη έως και σήμερα νομοθετική πράξη είναι η **Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCRPD)** και το Πρωτοκόλλο (2007). Στη σύμβαση περιέχονται ιδιαιτέρως σημαντικά άρθρα σε σχέση με τα δικαιώματα των ΑμεΑ στη σεξουαλικότητα.

- » Άρθρο 3: Η διεθνής συνθήκη αναγνωρίζει στις γενικές αρχές της τη σημασία της προσωπικής **αυτονομίας και ανεξαρτησίας** των ΑμεΑ, συμπεριλαμβανομένης της ελευθερίας να κάνουν τις δικές τους επιλογές.
- » Άρθρο 4: Επιπλέον, επισημαίνεται (άρθ. 4, παρ. 3) η ανάγκη της διαβούλευσης με τα ΑμεΑ και της ευκαιρίας να **συμμετέχουν ενεργά** στις διαδικασίες λήψης αποφάσεων για τη νομοθεσία, τις πολιτικές και τα προγράμματα, συμπεριλαμβανομένων και εκείνων που αφορούν άμεσα τα ΑμεΑ.
- » Το Άρθρο 22 υπαγορεύει τον σεβασμό της ιδιωτικής ζωής, επισημαίνοντας ότι δεν επιτρέπεται κανένα ΑμεΑ να υφίσταται αυθαίρετες ή παράνομες παρεμβάσεις στην **ιδιωτική του ζωή**, την οικογένεια, την κατοικία, την αλληλογραφία ή άλλες μορφές επικοινωνίας, ούτε παράνομες προσβολές της τιμής και της υπόληψής του.
- » Στο ίδιο πλαίσιο, το Άρθρο 23 προβλέπει τη λήψη αποτελεσματικών και ενδεδειγμένων μέτρων προκειμένου να εξαλειφθούν οι **διακρίσεις** κατά των ΑμεΑ σε κάθε ζήτημα που σχετίζεται με **τον γάμο, την οικογένεια, τη γονεϊκότητα και τις σχέσεις**, ώστε να διασφαλίζεται ότι τα άτομα με αναπηρία έχουν τη δυνατότητα να ασκούν το δικαίωμα να παντρεύονται (εφόσον υπάρχει πλήρης συναίνεση των μελλοντικών συζύγων), να διατηρούν τη γονιμότητά τους και να αποφασίζουν ελεύθερα και υπεύθυνα σχετικά με τον αριθμό και τον χρόνο γέννησης των παιδιών τους. Για την άσκηση των συγκεκριμένων δικαιωμάτων, θα πρέπει τα ΑμεΑ να έχουν πρόσβαση σε κατάλληλη για την ηλικία τους πληροφόρηση και εκπαίδευση αναπαραγωγικού και οικογενειακού προγραμματισμού, καθώς και να τους παρέχονται τα απαραίτητα μέσα για τον σκοπό αυτό.

- » Άρθρο 25: Τέλος, σύμφωνα με την UNCRPD, παράλληλα με το δικαίωμα στην εκπαίδευση (άρθ. 24), είναι απαραίτητο να παρέχονται στα ΑμεΑ δωρεάν ή προσιτές **υπηρεσίες ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης** και προγράμματα του ίδιου εύρους, ποιότητας και επιπέδου με αυτά που παρέχονται σε άλλα άτομα, περιλαμβανομένου του **τομέα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας** και των προγραμμάτων δημόσιας υγείας.

Μια πιο πρόσφατη νομοθετική πράξη που θα πρέπει να γνωρίζετε: η Στρατηγική της ΕΕ για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (2021-2030).

Τόσο η σεξουαλική όσο και η αναπαραγωγική υγεία των ΑμεΑ αναγνωρίζονται στην πρόσφατη έκδοση της **Στρατηγικής της ΕΕ για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (2021)**, η οποία ενσωματώνεται στον ευρωπαϊκό πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων που αποτελούν στόχο για το 2030. Ζητούνται ρητώς βελτιώσεις στο θέμα της πρόσβασης των ΑμεΑ σε υπηρεσίες ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης και πρόληψης στον τομέα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.

► Σεξουαλικότητα και άτομα με αναπηρία

Τα άτομα με αναπηρία έχουν σεξουαλικές ανάγκες, όπως ακριβώς και τα άλλα άτομα. Όπως κάθε άνθρωπος, τα ΑμεΑ έχουν σεξουαλικές επιθυμίες, έχουν την ανάγκη συναισθηματικών σχέσεων και θέλουν την ελευθερία να εκφράζουν τη σεξουαλικότητά τους.

Εάν αναλογιστούμε τους διάφορους λόγους για τους οποίους αναπτύσσει κανείς σεξουαλική δραστηριότητα, γίνεται αμέσως σαφές ότι η ανθρώπινη σεξουαλικότητα είναι περίπλοκη! Η ίδια ακριβώς πολυπλοκότητα ισχύει και για τη σεξουαλική δραστηριότητα των ατόμων με αναπηρία. Κάθε άτομο ενδέχεται να αναπτύσσει σεξουαλική δραστηριότητα για διαφορετικούς λόγους. Οι αιτίες πιθανόν να είναι πολλαπλές. Κάποιες εξ αυτών ίσως φαίνονται ξεκάθαρες και άλλες είναι λιγότερο προφανείς.

Η μελέτη με τίτλο «Γιατί κάνουν σεξ οι άνθρωποι» προτείνει την κατάταξη των λόγων για τους οποίους οι άνθρωποι κάνουν σεξ σε τέσσερις κατηγορίες:

- » Σωματικοί λόγοι (για να μειωθεί το στρες, για ευχαρίστηση, λόγω έλξης προς κάποιο άτομο, επειδή θέλουμε να νιώσουμε επιθυμητοί σωματικά ή για να πειραματιστούμε).
- » Συναισθηματικοί λόγοι (για να εκφράσουμε τρυφερότητα ή άλλα συναισθήματα, για να νιώσουμε εγγύτητα, από αγάπη ή από δέσμευση).

ΑΣΤΕΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑ. ΓΙΑΤΙ ΚΑΝΟΥΝ ΣΕΞ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ.

Η έρευνα έδειξε ότι υπάρχουν περισσότεροι από 237 διαφορετικοί λόγοι για τους οποίους οι άνθρωποι εμπλέκονται σε σεξουαλικές δραστηριότητες.

Μπορείτε να σκεφτείτε λόγους για να κάνει κανείς σεξ και λόγους για να μην κάνει

- » Λόγοι που αφορούν την απόκτηση χρημάτων, δουλειάς, δώρων ή ουσιών, για την απόκτηση κοινωνικού στάτους, για να γίνει κανείς πιο δημοφιλής ή για να καυχηθεί σε φίλους, για λόγους εκδίκησης ή για να κάνει άλλο άτομο να ζηλέψει, για την ανακούφιση του πονοκεφάλου ή για να καταφέρει κανείς να αποκοιμηθεί).
- » Λόγοι που σχετίζονται με την τόνωση της αυτοεκτίμησης, για τη διαφύλαξη της σχέσης, από καθήκον ή πίεση.

Διάγραμμα 1

Ορισμένοι παρομοιάζουν τη σεξουαλικότητα με ένα ταξίδι. Όταν υπάρχει έλλειψη ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, είναι πολύ πιθανό είτε άτομα με αναπηρία είτε χωρίς αναπηρία να αισθάνονται ανήμπορα να ανταπεξέλθουν στη σεξουαλικότητα ή στα ζητήματα και τα ερωτήματα που εγείρει. Κάθε άνθρωπος θα πρέπει να νιώθει ικανός να καθορίζει τις επιλογές του στο θέμα της σεξουαλικότητας, με γνώμονα τι θεωρεί σωστό για το σώμα και το νου του. Στην πραγματικότητα, όμως, η ζωή είναι πολύπλοκη και στην πορεία της εμφανίζονται εμπόδια και σκαμπανεβάσματα, τα οποία θα χρειαστεί να υπερβεί κανείς.

Ακόμη και σήμερα πολλοί εξακολουθούν να πιστεύουν είτε ότι τα άτομα με αναπηρία είναι εκ φύσεως σεξουαλικά είτε ότι δεν είναι ή και δεν πρέπει να είναι σεξουαλικά ενεργά. Πρόκειται για μια αντίληψη καταφανώς και αποδεδειγμένα λανθασμένη σε πάρα πολλά επίπεδα: στο επίπεδο των πραγματικών δεδομένων, σε ηθικό αλλά και σε νομικό επίπεδο. Επιπλέον, η συγκεκριμένη παρανόηση παραβλέπει το δικαίωμα και την ικανότητα των ΑμεΑ να αγαπούν και να αγαπιούνται, να έχουν ερωτικές σχέσεις και να εκφράζουν τρυφερότητα.

Η σεξουαλική ευεξία και η σεξουαλική υγεία υπερβαίνουν το πεδίο της απόλαυσης. Η σεξουαλική ευεξία εμπεριέχει πολλές επιπλέον διαστάσεις, όπως την ισότητα των φύλων, την αναγνώριση των σεξουαλικών δικαιωμάτων, την εξάλειψη κάθε μορφής σεξουαλικής βίας, την καταπολέμηση των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, την πρόσβαση στην εκπαίδευση και την ενημέρωση για τη σεξουαλικότητα, καθώς επίσης την αγάπη, τη στοργή και την οικειότητα – στοιχεία εξαιρετικής σημασίας που δεν πρέπει ποτέ να ξεχνάμε.

► Εμπόδια στη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα των ΑμεΑ

Η σεξουαλικότητα, όπως καταδεικνύει ο ορισμός της, αποτελεί θεμελιώδες στοιχείο της ζωής του ανθρώπου και έχει οικουμενικό χαρακτήρα. Εντούτοις, οι διακρίσεις με βάση τη σεξουαλικότητα, αλλά και τα κοινωνικά στερεότυπα και η βία εξακολουθούν μέχρι σήμερα να συνιστούν σοβαρές απειλές, ιδίως για τα ΑμεΑ.

Φτώχεια: εμπόδιο στην εκπλήρωση των δικαιωμάτων στη σεξουαλικότητα.

Η **φτώχεια** αποτελεί ταυτόχρονα αίτιο και αποτέλεσμα της έλλειψης ενημέρωσης για τη σεξουαλικότητα, των ανισοτήτων και των αποκλεισμών με βάση τη σεξουαλικότητα, οδηγώντας σε προβλήματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας. Άνθρωποι που ζουν σε συνθήκες φτώχειας, ενδέχεται, για παράδειγμα, να στερούνται την κατάλληλη περίθαλψη, εξαιτίας της αδυναμίας τους να καλύψουν τα απαραίτητα μεταφορικά έξοδα προκειμένου να μεταβούν σε υπηρεσίες (ΠΟΥ & Ταμείο των Ηνωμένων Εθνών για τον Πληθυσμό, 2009). Το ποσοστό των ατόμων με αναπηρία που ζουν σε συνθήκες φτώχειας είναι πολύ μεγαλύτερο – σε ορισμένες χώρες έως και διπλάσιο – από εκείνο του γενικού πληθυσμού (Τμήμα Οικονομικών και Κοινωνικών Υποθέσεων των Ηνωμένων Εθνών, 2019, σ. 5).

Σεξουαλική εκμετάλλευση και κακοποίηση: ένας κίνδυνος που οφείλουμε να μην αγνοούμε.

Τα ΑμεΑ, και ιδίως οι γυναίκες και τα άτομα με νοητικές αναπτυξιακές αναπηρίες, έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να πέσουν θύματα **σεξουαλικής εκμετάλλευσης και κακοποίησης** ή ακόμα και να υποστούν **παραβιάσεις των αναπαραγωγικών τους δικαιωμάτων**. Υπάρχουν περιπτώσεις όπου ΑμεΑ υποβλήθηκαν σε αναγκαστικές στείρωσεις και σε αμβλώσεις παρά τη θέλησή τους (Tilley, McKenzie & Kathard, 2012) ή σε ιατρικές πράξεις που δεν κατανοούν και για τις οποίες δεν έχει προηγηθεί η ενημέρωση και συναίνεσή τους.

Ανεπαρκής εκπαίδευση: εμπόδιο στην έκφραση σεξουαλικών επιθυμιών

Ένα ακόμη εμπόδιο για τα ΑμεΑ είναι η **ανεπαρκής, επίσημη ή άτυπη, εκπαίδευση και ενημέρωση** στο θέμα της σεξουαλικότητας. Η σεξουαλική αγωγή συνήθως δεν είναι προσαρμοσμένη στις ανάγκες των ΑμεΑ, προσφέρεται τυπικά από επαγγελματίες φροντιστές ή διδάσκεται από τη σκοπιά της σωματικής διάστασης, χωρίς να παρέχεται κάποια διαπαιδαγώγηση που να εμπεριέχει τη συναισθηματική και σχεσιακή πλευρά της σεξουαλικότητας. Δυστυχώς, πολλοί γονείς, εργαζόμενοι στον τομέα της υγείας και εκπαιδευτικοί δηλώνουν πως δεν θεωρούν ότι έχουν τα απαραίτητα προσόντα για να παρέχουν τη συγκεκριμένη αγωγή, καθώς δεν είναι επαρκώς καταρτισμένοι ή δεν αισθάνονται άνετα να μιλούν για τη σεξουαλικότητα (ΠΟΥ & Ταμείο των Ηνωμένων Εθνών για τον Πληθυσμό, 2009). Το γεγονός αυτό εξακολουθεί να ισχύει, μολονότι σήμερα υπάρχει υλικό σχεδιασμένο από ειδικούς, είναι προσβάσιμο και ο όγκος του αυξάνεται συνεχώς.

Ελλιπής έρευνα για το θέμα: η ύπαρξη σχετικών ερευνών και πολιτικών επηρεάζει την άσκηση και τη διασφάλιση των δικαιωμάτων στη σεξουαλικότητα.

Η ελλιπής έρευνα αποτελεί ένα ακόμη ζήτημα όσον αφορά τη σεξουαλικότητα των ΑμεΑ. Οι υπάρχουσες μελέτες είναι σε αρκετές περιπτώσεις παρωχημένες και ανεπαρκείς. Πολύ συχνά απουσιάζουν διαδικασίες συστηματικής παρακολούθησης και ελέγχου με βάση δείκτες προόδου, οι οποίες να διασφαλίζουν την αποτελεσματική εφαρμογή πολιτικών και προγραμμάτων.

Επιπτώσεις των συγκεκριμένων φραγμών την υγεία

Εξαιτίας των συγκεκριμένων φραγμών, που περιορίζουν την πρόσβαση των ΑμεΑ στη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, τα άτομα με αναπηρία είναι εκτεθειμένα σε μια σειρά κινδύνων σχετικών με την υγεία και την αναπαραγωγή, όπως οι ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, η πρόωπη τεκνοποίηση, οι αμβλώσεις σε επισφαλείς συνθήκες και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, συμπεριλαμβανομένου του HIV/AIDS (Τμήμα Οικονομικών και Κοινωνικών Υποθέσεων των Ηνωμένων Εθνών, 2019, σ. 64). Η προώθηση της θετικής και υγιούς σεξουαλικής ανάπτυξης των ΑμεΑ απαιτεί ένα ευρύ πεδίο κατανόησης των υφιστάμενων φραγμών, ώστε να αντιμετωπιστούν τόσο σε εθνικό όσο και σε διεθνές επίπεδο.

Γνωριμία με την Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων (ΥΛΑ)

► Εισαγωγή στην Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων στο πλαίσιο των συγκεκριμένων κατευθυντήριων γραμμών

Οι παρούσες κατευθυντήριες γραμμές, στο πλαίσιο του προγράμματος SMARTS (Supporting Me About Rights to Sexuality - Υποστήριξη για τα δικαιώματα μου στη σεξουαλικότητα), το οποίο χρηματοδοτείται από την ΕΕ, παρέχουν οδηγίες για τη βελτίωση του τρόπου υποστήριξης των ΑμεΑ προκειμένου να λαμβάνουν τις δικές τους αποφάσεις στο πεδίο της σεξουαλικότητας, χρησιμοποιώντας την προσέγγιση της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων (ΥΛΑ).

Η ΥΛΑ μπορεί να εφαρμοστεί σε κάθε πτυχή της ζωής, από τα οικονομικά και την υγεία έως τον ελεύθερο χρόνο και σε πολλούς ακόμη τομείς! Στην πραγματικότητα, είναι δυνατή η χρήση της ΥΛΑ για τη λήψη οποιασδήποτε απόφασης!

Σε αυτήν την ενότητα, περιγράφονται οι κυριότερες πτυχές της ΥΛΑ, με στόχο να αποκτήσει ο κάθε ενδιαφερόμενος μια συνολική εικόνα των βασικών χαρακτηριστικών και του τρόπου λειτουργίας της.

Θα θέλαμε να επισημάνουμε ότι οι μεθοδολογίες και οι διαδικασίες της ΥΛΑ που παρουσιάζονται εδώ βασίζονται στο έργο iDecide, το οποίο χρηματοδοτήθηκε από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το έργο iDecide, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα: <https://idecide-project.eu/index.php/el/>

► ΥΛΑ και Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (UNCRPD)



Οι μηχανισμοί της ΥΛΑ αποτελούν βασικό εργαλείο για την εφαρμογή της Σύμβασης των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία (UNCRPD). Η Σύμβαση ορίζει ότι τα κράτη μέλη, οι φορείς λήψης αποφάσεων, οι επαγγελματίες και η κοινωνία στο σύνολό της οφείλουν να αποστασιοποιηθούν από το παγιωμένο ιατρικό μοντέλο της αναπηρίας.

Το εν λόγω μοντέλο αντιλαμβάνεται τα άτομα με αναπηρία σε παθητικό ρόλο, ως «ασθενείς» που χρήζουν ιατρικής βοήθειας, δημιουργώντας συνθήκες εξάρτησης και διαχωρισμού. Αντιθέτως, η UNCRPD καλεί τα κράτη μέλη να αμφισβητήσουν τις πρακτικές τους και επιπλέον να ενστερνιστούν και να υιοθετήσουν την **Προσέγγιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων**, η οποία αποτελεί τον μοναδικό τρόπο για να διασφαλίσουμε ότι τα άτομα με αναπηρία θα απολαμβάνουν πλήρη και ίσα δικαιώματα. Σύμφωνα με την Προσέγγιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, η αναπηρία θεωρείται εξελισσόμενη έννοια, η οποία απορρέει από την αλληλεπίδραση ανάμεσα στα άτομα που φέρουν κάποια σωματική βλάβη, αφενός,

και στα συμπεριφορικά και περιβαλλοντικά εμπόδια που δυσχεραίνουν την πλήρη συμμετοχή τους στην κοινωνία, αφετέρου. Η εν λόγω προσέγγιση προάγει και σέβεται την εγγενή αξιοπρέπεια των ΑμεΑ, εστιάζοντας στις ίσες ευκαιρίες, στην εξάλειψη των διακρίσεων και στη συμπερίληψη.

Η μετάβαση από το ιατρικό μοντέλο στο μοντέλο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων ίσως είναι δύσκολη, είναι όμως ζωτικής σημασίας για την καθιέρωση της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων (ΥΛΑ).

Η Σύμβαση ορίζει ότι τα ΑμεΑ έχουν δικαίωμα στην παροχή εξατομικευμένης υποστήριξης για να υπερκεράσουν τους φραγμούς που εμποδίζουν την πλήρη και ουσιαστική συμμετοχή τους στην κοινωνία σε ισότιμη βάση με τα άλλα άτομα. Η προσέγγιση της Σύμβασης αναγνωρίζει ότι πρωταρχικός σκοπός της υποστήριξης δεν είναι απλώς η παροχή υπηρεσιών και στήριξης προς όφελος του ατόμου (προσέγγιση γνωστή και ως κατευθυνόμενη λήψη αποφάσεων), αλλά η παροχή υποστήριξης και υπηρεσιών βασιζόμενων στη βούληση, τις επιθυμίες και τις προτιμήσεις του υποστηριζόμενου ατόμου. Η διαδικασία της ΥΛΑ προσφέρει στα ΑμεΑ τη δυνατότητα να λαμβάνουν τις δικές τους αποφάσεις.

Η προσέγγιση ΥΛΑ είναι άρρηκτα συνυφασμένη με μια προσέγγιση «συμπαγωγής». Η «συμπαγωγή» προϋποθέτει τη συμμετοχή του υποστηριζόμενου ατόμου στον σχεδιασμό, την εφαρμογή και την αξιολόγηση των υπηρεσιών ή της υποστήριξης που λαμβάνει, έχοντας διπλό αντίκτυπο: Πρώτον, οι ίδιες οι υπηρεσίες καθίστανται αποτελεσματικότερες ως προς τον προσδιορισμό των επιδιωκόμενων στόχων, εφόσον καλούνται να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα που αναγνωρίζει ή εκφράζει ευθέως το υποστηριζόμενο άτομο. Δεύτερον, το υποστηριζόμενο άτομο ενδυναμώνεται, καθώς οι επαγγελματίες και τα υπόλοιπα ενδιαφερόμενα μέρη τού συμπεριφέρονται ως ισότιμοι εταίροι, εκτιμούν και σέβονται τη γνώμη του.

Η συμπαγωγή είναι παρούσα σε κάθε στάδιο της διαδικασίας ΥΛΑ, διότι απαιτείται – στον μέγιστο δυνατό βαθμό – η συμμετοχή του υποστηριζόμενου ατόμου στον προσδιορισμό των αναγκών υποστήριξης, στην επιλογή του υποστηρικτή, στη συμφωνία για τους όρους της παρεχόμενης υποστήριξης, στην αξιολόγηση της ικανοποίησης και των αποτελεσμάτων.

Άρθρο 12 στο πλαίσιο της UNCRPD

Το άρθρο 12 της UNCRPD κατοχυρώνει τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία στην δικαιοπρακτική ικανότητα, σε ίση βάση με τους άλλους, σε κάθε πτυχή της ζωής, συμπεριλαμβανομένου του δικαιώματος να έχουν ισότιμη πρόσβαση στην απόκτηση ή την κληρονομιά περιουσίας και να ασκούν τον έλεγχο των οικονομικών τους υποθέσεων. Όλα τα ανωτέρω υπόκεινται σε μέτρα προστασίας που αντιστοιχούν και προσαρμόζονται στις εκάστοτε προσωπικές περιστάσεις, και τα οποία εφαρμόζονται για το μικρότερο δυνατό χρονικό διάστημα.

Το άρθρο 12 της UNCRPD αναφέρει σαφέστατα ότι η δικαιοπρακτική ικανότητα δεν πρέπει να συγχέεται με τη διανοητική ικανότητα ή την ικανότητα λήψης αποφάσεων, και ότι

συνεπάγεται την ισότιμη αναγνώριση όλων έναντι του νόμου. Κανένας δεν επιτρέπεται να στερείται την δικαιοπρακτική του ικανότητα απλώς και μόνο επειδή χρειάζεται βοήθεια στη λήψη αποφάσεων.

Επιπλέον, οι κυβερνήσεις είναι υποχρεωμένες να παρέχουν στα ΑμεΑ κάθε απαραίτητη υποστήριξη για τη λήψη αποφάσεων. Η υποστήριξη μπορεί να είναι «επίσημη ή άτυπη» και να έχει τη μορφή «ρυθμίσεων διαφορετικού είδους και βαθμού». Για το είδος και τον βαθμό της υποστήριξης θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η ποικιλομορφία των ΑμεΑ. Θα πρέπει, επίσης, να υπάρχει και να είναι διαθέσιμη στα ΑμεΑ δέσμη κατάλληλων μέτρων που θα τους επιτρέπει να λαμβάνουν υποστήριξη σύμφωνα με τη βούληση και τις προτιμήσεις τους. Η υποστήριξη μπορεί να περιλαμβάνει την παροχή πληροφοριών σε απλή προφορική γλώσσα ή μέσω κειμένων για όλους (easy to read), την παρουσίαση και επεξήγηση διαφορετικών επιλογών, ή, σε εξαιρετικές περιπτώσεις, τη διατύπωση άποψης, η οποία όμως θα βασίζεται σε μια βαθύτερη γνώση της βούλησης, των επιθυμιών και των προτιμήσεων των υποστηριζόμενων, μέσα από τη μακροχρόνια σχέση εμπιστοσύνης μεταξύ του ατόμου που έχει ανάγκη υποστήριξης και του ατόμου που την παρέχει. Οι απόψεις και οι αποφάσεις των ατόμων με αναπηρία θα πρέπει να λαμβάνονται πάντοτε υπόψη και να γίνονται σεβαστές, ανεξαρτήτως της γνώμης των υποστηρικτών για την εκάστοτε άποψη ή απόφαση. **Προκειμένου να εφαρμοστεί το άρθρο 12 της UNCRPD, χρειάζεται να υπάρξει στροφή προς μια κατεύθυνση σεβασμού των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, με την υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων να αντικαθιστά την προσέγγιση της κατευθυνόμενης λήψης αποφάσεων.**

Στην πράξη, η άσκηση δικαιοπρακτικής ικανότητας σημαίνει να λαμβάνει κανείς αποφάσεις για τον εαυτό του σε όλους τους τομείς της ζωής: την ιατρική περίθαλψη, τη στέγαση, την εργασία, τις σχέσεις, τα οικονομικά, τα παιδιά, τον οικογενειακό προγραμματισμό και την παρουσία, μεταξύ άλλων. Η Σύμβαση ορίζει διαδικασίες όπως, για παράδειγμα, τα δίκτυα υποστήριξης, τις συμφωνίες υποστήριξης, τις ομάδες αλληλοϋποστήριξης και αυτοϋποστήριξης, την υποστήριξη για αυτοσυνηγορία, την ανεξάρτητη συνηγορία και τις οδηγίες που δίνονται εκ των προτέρων.

Η μεθοδολογία ΥΛΑ, η οποία περιγράφεται στις παρούσες κατευθυντήριες γραμμές, διέπεται από τις αρχές της UNCRPD. Κατά συνέπεια, κάθε υποστηρικτής που ακολουθεί τη συγκεκριμένη διαδικασία οφείλει να κατανοεί πλήρως, να ασπάζεται και να υποστηρίζει τη Σύμβαση και τις αρχές της, πράγμα που αποτελεί ζήτημα κομβικής σημασίας.

► Τι είναι, λοιπόν, η Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων (ΥΛΑ);

Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων (ΥΛΑ): Η ΥΛΑ δημιουργεί τις κατάλληλες συνθήκες προκειμένου το ίδιο το άτομο με αναπηρία να λαμβάνει ενημερωμένες αποφάσεις. Οι αποφάσεις δεν λαμβάνονται από άλλα πρόσωπα εξ ονόματος των ΑμεΑ ή για το καλό τους. Κάτι τέτοιο θα σήμαινε διολίσθηση προς την κατευθυνόμενη λήψη αποφάσεων.

Η απόφαση ενός ατόμου με αναπηρία πρέπει να γίνεται σεβαστή ακόμα και αν σύμφωνα με άλλους δεν είναι η καλύτερη δυνατή απόφαση. Ουσιαστικό στοιχείο της διαδικασίας ΥΛΑ αποτελεί το να αναγνωρίζεται και να επιτρέπεται στα ΑμεΑ το δικαίωμα να κάνουν λάθη ή απερίσκεπτες επιλογές.

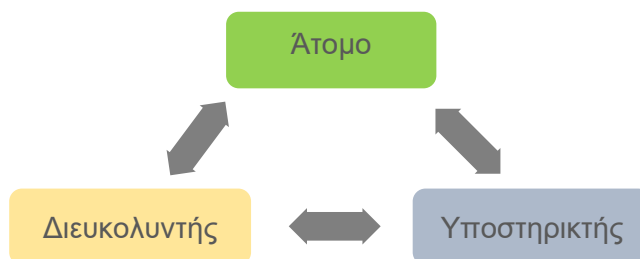
Καθήκον Φροντίδας

Μολονότι όλοι έχουμε δικαίωμα να κάνουμε λάθη και απερίσκεπτες επιλογές (πολύ συχνά είναι και ένας τρόπος να μαθαίνουμε!), ως υποστηρικτές ατόμων με αναπηρία έχουμε επίσης το καθήκον της φροντίδας. Αυτό σημαίνει ότι έχουμε ευθύνη για την ασφάλεια και την ευημερία των ατόμων που υποστηρίζουμε. Η διατήρηση της ισορροπίας ανάμεσα στο δικαίωμα στην αυτονομία και το δικαίωμα στη φροντίδα ενδέχεται να είναι δύσκολη ορισμένες φορές. Οφείλουμε να εξετάζουμε το ζήτημα κατά περίπτωση και απαιτείται μεγάλη προσοχή προκειμένου να διασφαλίζεται ότι τα ΑμεΑ δεν υφίστανται διαφορετική μεταχείριση κατά τη διαδικασία αυτή και ότι το γεγονός της αναπηρίας δεν χρησιμοποιείται ως λόγος για τη στέρηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων τους. Για παράδειγμα, θα αποτρέπαμε ένα άτομο χωρίς αναπτυξιακή αναπηρία από το να αυτοκτονήσει, να βλάψει άλλους ή να αυτοτραυματιστεί (περιπτώσεις άμεσου κινδύνου σοβαρής σωματικής βλάβης ή θανάτου). Όμως, δεν θα του στερούσαμε το δικαίωμα να καπνίζει ή να ακολουθεί ανθυγιεινή διατροφή, μολονότι οι συνήθειες αυτές προκαλούν σοβαρά προβλήματα σε ένα μακροπρόθεσμο επίπεδο. Το βασικό είναι να εξασφαλίζεται ότι το υποστηριζόμενο άτομο κατανοεί τις πιθανές συνέπειες των πράξεων του και αποφασίζει υπό αυτό το πρίσμα. Πρόκειται για ζήτημα ιδιαίτερης βαρύτητας, στο οποίο θα επανέλθουμε στη συνέχεια, σε επόμενα σημεία της παρούσας οδηγίας.

Η Συμφωνία της ΥΛΑ

Η Συμφωνία ΥΛΑ αποτελεί βασικό εργαλείο της διαδικασίας ΥΛΑ. Πρόκειται για έγγραφο το οποίο συντάσσεται με σκοπό την επισημοποίηση της διαδικασίας ΥΛΑ και συνυπογράφεται από το υποστηριζόμενο άτομο (το άτομο με αναπηρία), από τον υποστηρικτή, που δεσμεύεται να παρέχει καθοδήγηση, υποστήριξη και αρωγή στη λήψη αποφάσεων σε εκείνους τους τομείς της ζωής που ορίζονται στο έγγραφο, και από τον διευκολυντή. Οι ρόλοι αυτοί προσδιορίζονται και εξηγούνται στη συνέχεια.

Το άτομο που έχει την ανάγκη ή την επιθυμία υποστήριξης μέσω της ΥΛΑ πρέπει να ζητήσει οικειοθελώς την παροχή τη συγκεκριμένης υπηρεσίας. Η συμμετοχή του, δηλαδή, δεν μπορεί να είναι αποτέλεσμα πιέσεων ή εξαναγκασμού. Από την άλλη πλευρά, η ενημέρωση των ΑμεΑ για την ύπαρξη της υπηρεσίας ΥΛΑ και η παροχή σχετικών πληροφοριών είναι πράξεις απολύτως θεμιτές. Οι ρόλοι που καθορίζονται στη συμφωνία οφείλουν να βασίζονται σε σχέσεις εμπιστοσύνης με το άτομο που θα λειτουργήσει ως υποστηρικτής και το άτομο που θα λειτουργήσει ως διευκολυντής. Επίσης, θα πρέπει το υποστηριζόμενο άτομο να έχει τη δυνατότητα να ακυρώσει ή να τροποποιήσει τη συμφωνία ανά πάσα στιγμή, σε περίπτωση που δεν είναι ευχαριστημένο με τον τρόπο λειτουργίας της.



Διάγραμμα 2. Συμφωνία ΥΛΑ: μια τριμερής σχέση.

Παρότι η Σύμβαση UNCRPD αποτελεί νομικά δεσμευτική συνθήκη, αυτήν τη στιγμή, σε διεθνές επίπεδο, είναι ελάχιστες οι χώρες που έχουν προβεί στην αναγκαία νομοθετική μεταρρύθμιση προκειμένου να συμπεριλάβουν, να ενσωματώσουν και να αναγνωρίσουν στο νομικό τους πλαίσιο μέτρα τα οποία θα στηρίζονται στη βούληση, τις επιθυμίες και τις προτιμήσεις των ΑμεΑ.

Πρακτικά, αυτό συνεπάγεται τα εξής:

- » Η συμφωνία ΥΛΑ δεν είναι νομικά δεσμευτική διότι οι περισσότερες χώρες δεν την έχουν ακόμη ενσωματώσει στο εθνικό νομικό τους πλαίσιο, μολονότι με την πάροδο του χρόνου σημειώνονται αλλαγές;
- » Δεν υπάρχει επίσημη εγγραφή της Συμφωνίας ΥΛΑ σε κανένα δημόσιο μητρώο και δεν έχει εγκριθεί από διαπιστευμένους, αρμόδιους φορείς και νομικά όργανα;
- » Η συμφωνία από μόνη της δεν παρέχει στον υποστηρικτή κανένα νόμιμο δικαίωμα πρόσβασης και συναλλαγής με υπηρεσίες, εξωτερικούς επαγγελματίες ή το κοινωνικό δίκτυο του υποστηριζόμενου ατόμου για τη συλλογή πληροφοριών, ακόμη και αν τέτοιες πληροφορίες θα μπορούσαν να είναι βοηθητικές ή χρήσιμες για τον υποστηρικτή ή το υποστηριζόμενο άτομο.

Το γεγονός ότι στις περισσότερες χώρες απουσιάζει η επίσημη νομική στήριξη της ΥΛΑ αποτελεί μειονέκτημα, ωστόσο στην πράξη αυτό δεν εμποδίζει την παροχή της, προσφέροντας τη δυνατότητα για σημαντικά οφέλη στο πεδίο της προσωπικής αυτονομίας και των επιλογών.

► Δημιουργία υπηρεσιών ΥΛΑ

Συμφωνία ΥΛΑ

1. Σύναψη συμφωνίας ΥΛΑ

Οι επαγγελματικές υποχρεώσεις στο πλαίσιο της συμφωνίας ΥΛΑ περιλαμβάνουν:

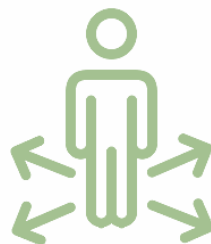
- » *Το καθήκον της παροχής υπηρεσιών υποστήριξης.* Με την υπογραφή της συμφωνίας, οι συμμετέχοντες δεσμεύονται να παρέχουν υποστήριξη στο άτομο με αναπηρία.
- » *Διεπιστημονική επαγγελματική προσέγγιση.* Οι συμφωνίες ΥΛΑ δεν αφορούν εξ ορισμού κάποιο συγκεκριμένο επάγγελμα. Στη συμφωνία μπορεί να μετέχει ένα ευρύ φάσμα επαγγελματιών, όπως κοινωνικοί λειτουργοί, φροντιστές, δικηγόροι, επαγγελματίες υγείας ή εξειδικευμένοι στον τομέα της αναπηρίας επαγγελματίες. Το κοινωνικό δίκτυο του υποστηριζόμενου ατόμου - οικογένεια, φίλοι, συγγάμοι και γνωστοί - οφείλει να γνωρίζει την ύπαρξη της ΥΛΑ, ώστε να έχει τη δυνατότητα:
 - να συμβάλλει στην αποτελεσματική λειτουργία της;
 - να προσφέρει καινοτόμους τρόπους υποστήριξης του ατόμου.

Ασφαλώς, όταν πρόκειται για προσωπικά δεδομένα, ισχύουν οι συνήθεις διαδικασίες εμπιστευτικότητας και οι ρυθμίσεις του Γενικού Κανονισμού για την Προστασία Δεδομένων (GDPR).

Οι διαφορετικοί ρόλοι στη Συμφωνία ΥΛΑ

Οι τρεις βασικοί ρόλοι στη Συμφωνία ΥΛΑ:

- 1) το υποστηριζόμενο άτομο;
- 2) ο υποστηρικτής;
- 3) ο διευκολυντής.



Όλα τα συμβαλλόμενα μέρη της συμφωνίας ΥΛΑ οφείλουν να ακολουθούν τρεις γενικές αρχές:

- » Το σύνολο του έργου και των ενεργειών που πραγματοποιούνται στο πλαίσιο της συμφωνίας ΥΛΑ θα βασίζεται στις επιθυμίες και τις προτιμήσεις του υποστηριζόμενου ατόμου.
- » Η τελική απόφαση πρέπει να λαμβάνεται από το υποστηριζόμενο άτομο.
- » Ο υποστηρικτής, ανεξάρτητα από τη δική του προσωπική ή επαγγελματική άποψη, οφείλει να αποδέχεται όλες τις αποφάσεις του υποστηριζόμενου ατόμου.

Επιμερισμός των ρόλων:

1. Το υποστηριζόμενο άτομο θα πρέπει να είναι σε θέση:

- » Να εκφράσει την επιθυμία να λάβει υποστήριξη ή να λήξει την υποστήριξη;
- » Να εκφράζει τις προτιμήσεις και τις επιθυμίες του;
- » Να διαμορφώσει σχέση εμπιστοσύνης με άλλο άτομο ή άτομα, από τα οποία επιθυμεί να λάβει υποστήριξη;
- » Να υποδείξει σε ποιες αποφάσεις ή σε ποιους τομείς ενδέχεται να χρειάζεται υποστήριξη;
- » Να γνωρίζει ότι το ίδιο λαμβάνει την τελική απόφαση (και όχι ο υποστηρικτής).

2. Ο υποστηρικτής:

Στον ρόλο του υποστηρικτή μπορεί να τοποθετηθεί οποιοσδήποτε είτε από το άμεσο περιβάλλον του ατόμου, την οικογένεια, τους φίλους και το κοινωνικό του δίκτυο, είτε από μια επαγγελματική υπηρεσία υποστήριξης. Το πρόγραμμα SMARTS προκρίνει τη συμμετοχή υποστηρικτών που θα είναι σε θέση να συντονίζουν τους διαθέσιμους πόρους και τις διαθέσιμες προς το άτομο υπηρεσίες, παρότι αντιλαμβανόμαστε ότι κάτι τέτοιο ίσως να μην είναι πάντοτε εφικτό.



Ο υποστηρικτής είναι απαραίτητο να διαθέτει τις ακόλουθες δεξιότητες και αξίες:

- » Την ικανότητα να σέβεται και να εκτιμά την αυτονομία και την αξιοπρέπεια του υποστηριζόμενου ατόμου, να κατανοεί και να σέβεται τους στόχους, τις αξίες και τις προτιμήσεις του.
- » Την ικανότητα να χρησιμοποιεί και να κατανοεί τη μέθοδο επικοινωνίας που προτιμά το υποστηριζόμενο άτομο.

- » Την ικανότητα να σέβεται τον ιδιαίτερο τρόπο λήψης αποφάσεων του υποστηριζόμενου ατόμου και να αντιλαμβάνεται τότε και πώς μπορεί να του προσφέρει την καλύτερη υποστήριξη.
- » Την ικανότητα να διαμορφώσει σχέση εμπιστοσύνης με το υποστηριζόμενο άτομο και να διαθέτει όσο χρόνο χρειάζεται προκειμένου να το υποστηρίξει στη λήψη της κάθε απόφασης.
- » Την ενσυναίσθηση και την ικανότητα να επικοινωνεί με σαφήνεια με το υποστηριζόμενο άτομο, με τρόπο κατάλληλο και προσιτό.
- » Την ικανότητα αναστοχασμού σχετικά με την πρακτική του.

Κύρια καθήκοντα που αναλαμβάνει ο υποστηρικτής

- » Να αξιολογήσει τις δεξιότητες του υποστηριζόμενου ατόμου όσον αφορά τη λήψη αποφάσεων στους συγκεκριμένους τομείς που καταγράφονται στη συμφωνία ΥΛΑ.
- » Να διερευνήσει μαζί με το υποστηριζόμενο άτομο εκείνους τους τομείς στους οποίους ενδέχεται να χρειάζεται βοήθεια για να λάβει αποφάσεις.
- » Να καταρτίσει και να εφαρμόσει, από κοινού με το υποστηριζόμενο άτομο, ένα εξατομικευμένο σχέδιο ΥΛΑ, προκειμένου να βοηθήσει το υποστηριζόμενο άτομο να λάβει τις δικές του αποφάσεις.
- » Να μελετά ερευνητικό υλικό, ώστε να βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να κατανοεί τις απαραίτητες πληροφορίες προκειμένου να λάβει τις δικές του αποφάσεις.
- » Να βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να συμβουλευέται διαφορετικές πηγές.
- » Να συνδράμει το υποστηριζόμενο άτομο σε συναντήσεις με άλλους φορείς και επαγγελματίες, με σκοπό την παροχή ενημέρωσης και την εξέταση πιθανών επιλογών.
- » Να βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να αναλύει τις διαφορετικές επιλογές.
- » Να διασφαλίζει ότι το υποστηριζόμενο άτομο έχει κατανοήσει τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα των επιλογών που συνδέονται με την εκάστοτε απόφαση.
- » Να διασφαλίζει ότι το υποστηριζόμενο άτομο έχει κατανοήσει τις ενδεχόμενες συνέπειες της απόφασης.
- » Να βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να ανακοινώσει την απόφαση ή τις αποφάσεις του στην οικογένειά του ή σε τρίτους και να διευκολύνει την ορθή υλοποίηση των επιλογών του. Όπου κρίνεται απαραίτητο, ο υποστηρικτής συνηγορεί υπέρ της υλοποίησης της απόφασης.

Σημείωση: Ο ρόλος του υποστηρικτή ΔΕΝ είναι να υλοποιήσει την απόφαση της ΥΛΑ. Για να οργανωθεί η υλοποίηση της απόφασης επιλέγεται από τον οργανισμό ή το προσωπικό που στελεχώνει την ομάδα κάποιος εργαζόμενος με καίρια θέση. Το έργο αυτό θα πρέπει να ανατίθεται στο καταλληλότερο άτομο. Μπορεί κάλλιστα να είναι ο υποστηρικτής ή κάποιο άλλο πρόσωπο. Εάν πρόκειται για διαφορετικό άτομο, τότε η καταγραφή της διαδικασίας ΥΛΑ θα αποτελέσει για αυτόν μια χρήσιμη αφετηρία.

- » Να βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να συμπληρώσει εκθέσεις ελέγχου και αξιολογήσεις.
- » Να παρακολουθεί και να καταγράφει όλες τις δραστηριότητες και τις ενέργειες που απορρέουν από τη συμφωνία ΥΛΑ.

3. Ο διευκολυντής

Ο διευκολυντής είναι εξωτερικός συνεργάτης στη σχέση υποστήριξης και θεωρείται εγγυητής και σύμβουλος κατά τη διάρκεια των διαφορετικών σταδίων της συμφωνίας ΥΛΑ. Είναι επιφορτισμένος να συμβουλεύει και να καθοδηγεί το υποστηριζόμενο άτομο και τον υποστηρικτή κατά την επισημοποίηση κάθε συμφωνίας ΥΛΑ.



Ο ρόλος του διευκολυντή, κατά μία έννοια, είναι εκείνος ενός εξειδικευμένου διαχειριστή της σχέσης μεταξύ υποστηρικτή και υποστηριζόμενου.

Ο διευκολυντής συμβάλλει στην οικοδόμηση αυτής της σχέσης πάνω σε ξεκάθαρες βάσεις, στην παρακολούθηση της σχέσης, στη διάλυση πιθανών αμφιβολιών και την επίλυση ενδεχόμενων αντιπαραθέσεων μεταξύ των δύο πλευρών. Ουσιαστικά, ο διευκολυντής ενεργεί ως εγγυητής, διασφαλίζοντας τον σεβασμό των δικαιωμάτων του υποστηριζόμενου ατόμου.

Ο ρόλος του διευκολυντή συνοψίζεται ως εξής:

- » Να παρέχει συμβουλές σχετικά με τον τρόπο λειτουργίας της συμφωνίας ΥΛΑ.
- » Να βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να επιλέξει τους κατάλληλους υποστηρικτές.
- » Να συνδράμει το υποστηριζόμενο άτομο και τον υποστηρικτή στην επίλυση των όποιων διαφορών
- » Να διατηρεί τακτικά επαφή με τους συμμετέχοντες, ώστε να ελέγχει, χρησιμοποιώντας εποπτικές δεξιότητες, ότι το καθεστώς υποστήριξης λειτουργεί ομαλά.
- » Να παρακολουθεί και να καταγράφει είτε την προγραμματισμένη λήξη είτε τον τερματισμό της συμφωνίας ΥΛΑ, ενημερώνοντας για το τέλος της τα πρόσωπα που συμμετέχουν στην διαδικασία.

Ο διευκολυντής οφείλει να κατανοεί πλήρως τη διαδικασία της ΥΛΑ και τους όρους της συμφωνίας ΥΛΑ, καθώς και να είναι σε θέση να επικοινωνεί εξίσου με το υποστηριζόμενο άτομο και τον υποστηρικτή, χρησιμοποιώντας την κατάλληλη γλώσσα, στρατηγικές διαμεσολάβησης και κοινωνικές δεξιότητες, όπως, λόγου χάρη, να επιδεικνύει αποφασιστικότητα.

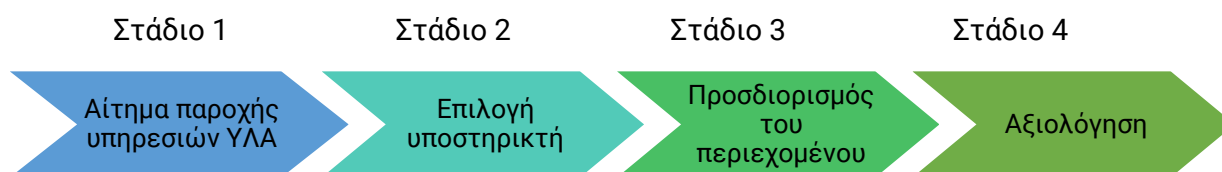
Το υποστηριζόμενο άτομο ή ο υποστηρικτής έχουν τη δυνατότητα να απευθύνονται στον διευκολυντή είτε για να διευκρινιστεί και να βελτιωθεί το περιεχόμενο της συμφωνίας ΥΛΑ είτε για τον τερματισμό της.

Ο διευκολυντής μπορεί να είναι είτε κάποιος επαγγελματίας - ιδανικά να προέρχεται από τον φορέα ή την υπηρεσία απασχόλησης του υποστηρικτή - είτε κάποιο πρόσωπο

από το κοινωνικό δίκτυο ή την οικογένεια του υποστηριζόμενου ατόμου, που να διαθέτει τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες.

► Τα βασικά στάδια της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων

Η διαδικασία ΥΛΑ υλοποιείται και ολοκληρώνεται μέσω τεσσάρων βασικών σταδίων, που ξεκινούν με το αίτημα παροχής της υπηρεσίας και καταλήγουν με την αξιολόγηση της παρασχεθείσας υποστήριξης. Το επόμενο διάγραμμα (διάγραμμα 3) συνοψίζει τα τέσσερα στάδια της διαδικασίας ΥΛΑ.



Διάγραμμα 3. Διαδικασία ΥΛΑ: βασικά στάδια

Στάδιο 1: Αίτημα παροχής υπηρεσιών ΥΛΑ

Το άτομο με αναπηρία θα ζητήσει υποστήριξη στη λήψη αποφάσεων για διαφορετικούς τομείς της ζωής του. Συνήθως εκφράζει την επιθυμία του αυτή σε κάποιο άτομο που εργάζεται στην υπηρεσία υποστήριξής του, σε έναν επαγγελματία ή σε ομότιμο πρόσωπο από τον κύκλο των γνωριμιών του. Τα πρόσωπα αυτά (τα οποία θα λάβουν το αίτημα υποστήριξης και δυνητικά θα ενεργήσουν ως υποστηρικτές) θα πρέπει να είναι σε θέση να αναγνωρίσουν με ποιον τρόπο η διαδικασία ΥΛΑ θα μπορούσε να βοηθήσει το συγκεκριμένο άτομο, καθώς και να το αναφέρουν στον φορέα τους, στην διοίκηση ή στον/στην προϊστάμενό/ή τους. Στη συνέχεια, διοργανώνεται μια συνάντηση με το άτομο που ζητά υποστήριξη, ώστε να ενημερωθεί για τη διαδικασία ΥΛΑ, με την παρουσία και τη συμμετοχή του υποψήφιου διευκολυντή, ο οποίος θα έχει επιλεγεί από έναν κατάλογο ή μια ομάδα ανθρώπων εφοδιασμένων με τις κατάλληλες δεξιότητες και προετοιμασμένων για την άσκηση του ρόλου αυτού. Ο διευκολυντής θα εξηγήσει λεπτομερώς στο υποστηριζόμενο τα δικαιώματά του και θα παρουσιάσει τα πρόσωπα που θα συμμετέχουν στη διαδικασία, τους διακριτούς ρόλους τους και τον τρόπο λειτουργίας της ΥΛΑ.

Στάδιο 2: Επιλογή υποστηρικτή

Η επιλογή υποστηρικτή είναι ουσιαστικό μέρος της διαδικασίας. Ο υποστηρικτής οφείλει να είναι διατεθειμένος να εξηγήει πράγματα και καταστάσεις με ουδέτερο τρόπο και να βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να λάβει τη δική του απόφαση - ακόμα και εάν πρόκειται για απόφαση με την οποία διαφωνεί ο υποστηρικτής. Είναι ζωτικής σημασίας να αναγνωρίζεται, να γίνεται κατανοητό και σεβαστό το γεγονός ότι το άτομο που ζητά υποστήριξη έχει δικαίωμα να επιλέξει το άτομο που θα του παρέχει την υποστήριξη.

Ο διευκολυντής βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να επιλέξει υποστηρικτή. Το υποστηριζόμενο άτομο έχει τη δυνατότητα να ζητήσει περισσότερους από έναν υποστηρικτές, ανάλογα με το είδος των αποφάσεων που πρόκειται να λάβει. Για να επιβεβαιωθεί η καταλληλότητα του προτεινόμενου υποστηρικτή, διενεργείται συνέντευξη στην οποία συμμετέχουν όλα τα ενδιαφερόμενα μέρη.

Στάδιο 3: Προσδιορισμός του περιεχομένου

Η Συμφωνία ΥΛΑ αποτελεί δέσμευση περιορισμένου χρόνου και είναι αναγκαίο να επανεξετάζεται κατά διαστήματα. Συνήθως πρακτική θεωρείται η επικαιροποίηση και αναθεώρηση του περιεχομένου και του πεδίου εφαρμογής της συμφωνίας ΥΛΑ ανά εξάμηνο. Ωστόσο, η διάρκειά της ενδέχεται να ποικίλλει, ανάλογα με τις εκάστοτε περιστάσεις.

Το υποστηριζόμενο άτομο έχει τη δυνατότητα να ακυρώσει ή να τερματίσει τη συμφωνία ΥΛΑ ανά πάσα στιγμή.

Περιεχόμενο της Συμφωνίας ΥΛΑ

Για την κατάρτισης συμφωνίας ΥΛΑ, οι επαγγελματίες οφείλουν να διασφαλίσουν ότι τα ακόλουθα στοιχεία αναφέρονται ρητά στο έγγραφο.

- » τα ονόματα του υποστηριζόμενου ατόμου, του υποστηρικτή και του διευκολυντή;
- » συνοπτική περιγραφή των τριών διαφορετικών ρόλων;
- » όσο το δυνατόν λεπτομερέστερη περιγραφή των αποφάσεων για τις οποίες το υποστηριζόμενο άτομο χρειάζεται υποστήριξη σε κάθε σχετικό τομέα;
- » τη διάρκεια ή/και την ημερομηνία αναθεώρησης της συμφωνίας;
- » τις διαδικασίες τροποποίησης ή ακύρωσης της συμφωνίας.

Τυποποιημένο υπόδειγμα συμφωνίας ΥΛΑ, συμπεριλαμβανομένων ορισμένων παραδειγμάτων, παρατίθεται στο παράρτημα 1:

Το Εξατομικευμένο Πλάνο ΥΛΑ

Μετά την ολοκλήρωση της αρχικής αξιολόγησης, είναι σημαντικό και σκόπιμο να ερωτηθεί το υποστηριζόμενο άτομο για τους συγκεκριμένους τομείς, τα θέματα, τις καταστάσεις ή τα ζητήματα για τα οποία χρειάζεται υποστήριξη στη λήψη αποφάσεων. Ο υποστηρικτής καταγράφει τις απαντήσεις αυτές, οι οποίες αποτελούν το πρώτο αντικείμενο του εξατομικευμένου πλάνου. Το εξατομικευμένο πλάνο ΥΛΑ θα πρέπει να περιλαμβάνει τις ενέργειες που προβλέπονται για κάθε ζήτημα προκειμένου να ληφθεί απόφαση, ενώ οι ενέργειες αυτές θα πρέπει να είναι προσαρμοσμένες στις δεξιότητες και τις ικανότητες του υποστηριζόμενου ατόμου. Στο εξατομικευμένο πλάνο ΥΛΑ είναι απαραίτητο να αναφέρονται τα μέσα, οι υπηρεσίες και τα άτομα από το κοινωνικό ή επαγγελματικό δίκτυο (ή δίκτυα) που εμπλέκονται σε κάθε ενέργεια, και να δίνεται ένα χρονοδιάγραμμα των ενεργειών για την αποτελεσματική εξέλιξη του πλάνου.

Το εξατομικευμένο πλάνο ΥΛΑ θα πρέπει να περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, πληροφορίες για τον τρόπο:

- » αναζήτησης πηγών πληροφόρησης;
- » συντονισμού ενεργειών με άλλες υπηρεσίες υποστήριξης ή επαγγελματίες με σκοπό την πληροφόρηση;

- » επικοινωνίας με τις υπηρεσίες υποστήριξης και τα κοινωνικά δίκτυα του υποστηριζόμενου ατόμου σχετικά με τα ζητήματα που περιλαμβάνονται στη συμφωνία ΥΛΑ;
- » προσδιορισμού των κινήσεων που θα διασφαλίζουν ότι το υποστηριζόμενο άτομο κατανοεί τις πληροφορίες και τις ενέργειες;
- » αναγνώρισης των διαφορετικών επιλογών, των πλεονεκτημάτων και των μειονεκτημάτων τους, σε κάθε ζήτημα ή κάθε απόφαση;
- » υποστήριξης του ατόμου για την αναζήτηση συμβουλών από ειδικούς, εφόσον αυτό ενδείκνυται;
- » ενημέρωσης των υπηρεσιών υποστήριξης και των κοινωνικών δικτύων του ατόμου για την απόφασή του;
- » πραγματοποίησης ενεργειών που θα βοηθήσουν στην υλοποίηση των αποφάσεων του υποστηριζόμενου ατόμου.

Το επόμενο βήμα είναι ο συντονισμός των διαθέσιμων πόρων για την εφαρμογή του εξατομικευμένου πλάνου ΥΛΑ. Ιδιαίτερη σημασία δίδεται στην καταγραφή παρατηρήσεων και σχολίων, προκειμένου να αξιολογείται η αποτελεσματικότητα του πλάνου (εάν, δηλαδή, οι ενέργειες που έγιναν βοήθησαν το υποστηριζόμενο άτομο να επιτύχει τους στόχους του) καθώς και η αποδοτικότητά του (ποσοτική αποτίμηση της προσπάθειας ή του χρόνου που χρειάστηκε για την επίτευξη των στόχων). Υπάρχει, επίσης, η δυνατότητα αναπροσαρμογής του πλάνου, λαμβάνοντας υπόψη τις εν λόγω παρατηρήσεις.

Η συχνότητα των συναντήσεων εργασίας στο πλαίσιο της ΥΛΑ εξαρτάται από την πολυπλοκότητα των ζητημάτων για τα οποία πρόκειται να ληφθούν αποφάσεις και από τις ενέργειες που δρομολογούνται. Κατά κανόνα, το ευκαίριο είναι μία συνεδρία την εβδομάδα.

Στο παράρτημα 1 παρατίθεται υπόδειγμα εξατομικευμένου πλάνου ΥΛΑ, συνοδευόμενο από παράδειγμα, καθώς και μη συμπληρωμένο έντυπο του πλάνου.

Στάδιο 4: Αξιολόγηση της υπηρεσίας ΥΛΑ

a. Βαθμός ικανοποίησης από την υπηρεσία ΥΛΑ

Ενθαρρύνεται η τακτική αξιολόγηση του βαθμού ικανοποίησης μέσω των εντύπων που παρατίθενται στη συνέχεια. Προτείνουμε η συγκεκριμένη διαδικασία να ακολουθείται τουλάχιστον ανά δίμηνο, μολονότι το χρονικό διάστημα πιθανώς να διαφέρει από άτομο σε άτομο. Συμβουλευτείτε τα έγγραφα που παρουσιάζονται στη συνέχεια τόσο για τον υποστηρικτή (έντυπο αυτοαξιολόγησης υποστηρικτή) όσο και για το υποστηριζόμενο άτομο (έντυπο ανατροφοδότησης υποστηριζόμενου ατόμου). Κατά κανόνα τα έντυπα συμπληρώνονται από τον υποστηρικτή και τον υποστηριζόμενο αντίστοιχα, ωστόσο το υποστηριζόμενο άτομο ενδέχεται να χρειαστεί βοήθεια όσον αφορά την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων, πράγμα που ίσως οδηγήσει σε αλλαγές στη διαδικασία ή στη δοκιμή διαφορετικών μεθόδων, με σκοπό τη βελτίωση της παρεχόμενης υποστήριξης.

Ο διαμεσολαβητής δεν είναι απλώς υπεύθυνος για την εποπτεία της συμφωνίας ΥΛΑ και την επίβλεψη της διαδικασίας, αλλά και για την παρακολούθηση της προόδου που σημειώνει το υποστηριζόμενο άτομο ή ο υποστηρικτής. Στον ρόλο του διαμεσολαβητή περιλαμβάνεται το να έχει επίγνωση της ποιότητας της σχέσης ανάμεσα στα δύο μέρη. Η ανάλυση και η χρήση των αποτελεσμάτων που θα προκύψουν από τα έντυπα αυτοαξιολόγησης και ανατροφοδότησης αποτελούν ένα πρώτο βήμα στην κατεύθυνση αυτή. Η πραγματοποίηση έγκαιρων, προγραμματισμένων και ορθά καταγεγραμμένων συνεντεύξεων με τον υποστηρικτή και το υποστηριζόμενο άτομο δίνει τη δυνατότητα να ελέγχεται διαρκώς ο βαθμός ικανοποίησης και η πρόοδος που σημειώνεται, και επιτρέπει να γίνουν αναπροσαρμογές όπου χρειάζεται.

Συμπληρωμένα παραδείγματα και περαιτέρω πληροφορίες για το έντυπο αυτοαξιολόγησης του υποστηρικτή και το έντυπο ανατροφοδότησης του υποστηριζόμενου ατόμου είναι διαθέσιμα στο παράρτημα 2, συνοδευόμενα από κενά έντυπα προς χρήση.

b. Επανεξέταση της συμφωνίας ΥΛΑ

Κάθε έξι μήνες, το σύνολο της συμφωνίας ΥΛΑ επανεξετάζεται και, στην περίπτωση που κρίνεται αναγκαίο, αναθεωρείται. Τα αποτελέσματα της ανατροφοδότησης θα πρέπει να γίνουν γνωστά και να συζητηθούν από τα τρία μέρη που συμμετέχουν στη διαδικασία. Εάν χρειάζεται, δίνεται παράταση στη συμφωνία, τροποποιώντας ή επικαιροποιώντας τα υπάρχοντα ζητήματα ή προσθέτοντας νέα. Σε αντίθετη περίπτωση, η συμφωνία ΥΛΑ δεν ανανεώνεται, είτε διότι το άτομο δεν επιθυμεί να συνεχίσει να λαμβάνει υποστήριξη είτε επειδή απλώς δεν τη χρειάζεται. Δεν υπάρχει συγκεκριμένο πρότυπο για αυτήν τη διαδικασία επανεξέτασης. Συζητείται και εξετάζεται η υφιστάμενη συμφωνία ΥΛΑ.

Κατάλογος εντύπων/εγγράφων ΥΛΑ

- » Συμφωνία ΥΛΑ,
- » Εξατομικευμένο πλάνο ΥΛΑ,
- » Έντυπο ανατροφοδότησης υποστηριζόμενου ατόμου,
- » Έντυπο αυτοαξιολόγησης υποστηρικτή.

Κατάλογος συσκέψεων στο πλαίσιο της διαδικασίας ΥΛΑ

- » **Αξιολόγηση του βαθμού ικανοποίησης:** Η συνάντηση πραγματοποιείται **ανά 2 μήνες** και σε αυτήν συμμετέχουν το υποστηριζόμενο άτομο και ο υποστηρικτής. Έντυπα προς χρήση: έντυπο ανατροφοδότησης υποστηριζόμενου ατόμου και έντυπο αυτοαξιολόγησης του υποστηρικτή. Η εν λόγω συνεδρίαση θα πρέπει να συγχωνεύεται με **την επανεξέταση/αξιολόγηση της ΥΛΑ**, στην οποία συμμετέχουν το υποστηριζόμενο άτομο, ο υποστηρικτής και ο διευκολυντής. Χρησιμοποιούνται όλα τα υπάρχοντα έγγραφα.

- » **Επανεξέταση της συμφωνίας ΥΛΑ:** συνάντηση μεταξύ του υποστηριζόμενου ατόμου, του υποστηρικτή και του διευκολυντή **ανά 6 μήνες**. Έντυπο που χρησιμοποιείται: η αρχική συμφωνία, επικαιροποιημένη σύμφωνα με τις ανάγκες.



Εφαρμογή της ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας

► Εισαγωγή: Γιατί να χρησιμοποιήσουμε την ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας.

Η ΥΛΑ συνιστά αφενός ένα μέσο προάσπισης των δικαιωμάτων του ατόμου εν γένει και αφετέρου έχει ειδική εφαρμογή στο πεδίο της σεξουαλικότητας. Η προσέγγιση ΥΛΑ μπορεί να αποτελέσει πρότυπο μεθοδολογίας για την υποστήριξη των ΑμεΑ και να διασφαλίσει ότι το άτομο λαμβάνει τις δικές του αποφάσεις όσον αφορά την αναπαραγωγική και σεξουαλική του υγεία. Το επόμενο κεφάλαιο περιέχει οδηγίες σχετικά με τα βασικά σημεία που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά την παροχή υποστήριξης στη λήψη αποφάσεων, εξειδικεύοντάς τα στο πεδίο της σεξουαλικότητας.

Τα σημεία είναι τα εξής:

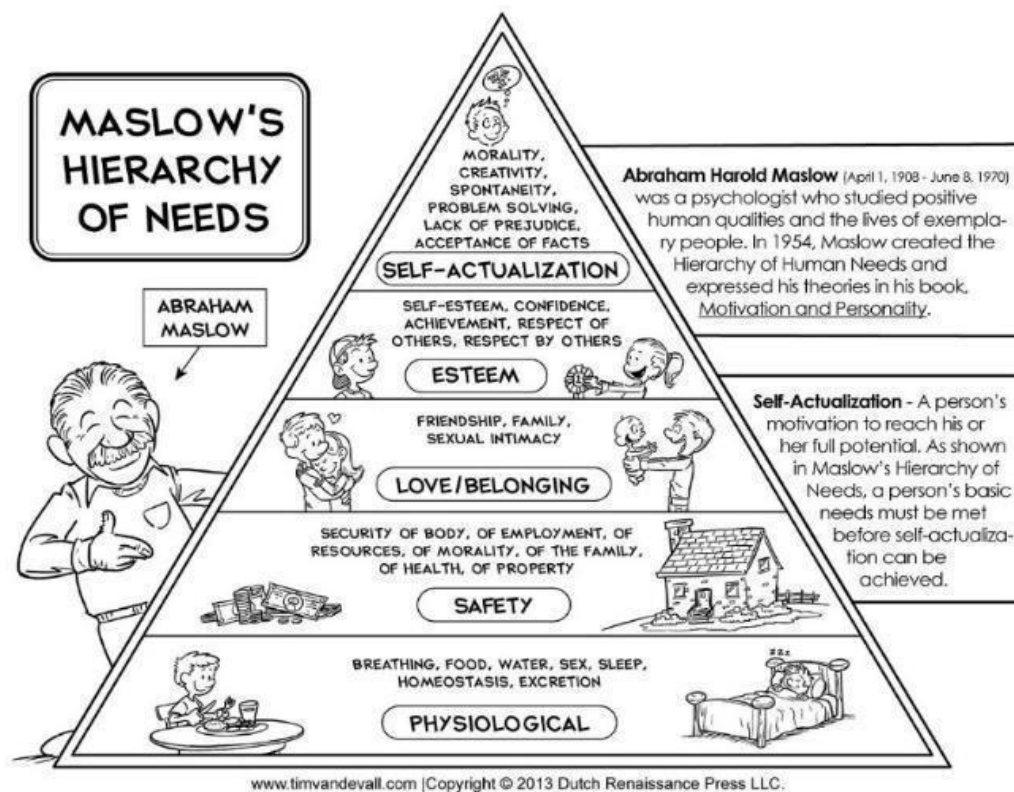
Τομείς στους οποίους βασίζεται η παροχή ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας:	<ul style="list-style-type: none">» Προσδιορισμός και αντιμετώπιση των αναγκών του υποστηριζόμενου ατόμου,» Επικοινωνία για τα θέματα σεξουαλικότητας,» Ανοστοχαστική ακρόαση για τη σεξουαλικότητα,» Στάσεις και αξίες,» Μύθοι,» Νοοτροπία ανάπτυξης.
--	---

Λεπτομερής περιγραφή τους θα ακολουθήσει στις επόμενες ενότητες:

Προσδιορισμός και αντιμετώπιση των αναγκών του υποστηριζόμενου ατόμου: Αναγνωρίζοντας το σεξ και την τρυφερότητα ως βασικές ανθρώπινες ανάγκες

Το πρώτο βασικό σημείο που οφείλουμε να λαμβάνουμε υπόψη όταν παρέχεται ΥΛΑ στο συγκεκριμένο πεδίο της σεξουαλικότητας, είναι η επίγνωση των αναγκών του υποστηριζόμενου ατόμου. Ως «ανάγκη» νοείται η αίσθηση της έλλειψης που ενδέχεται να βιώνει ένα άτομο και η οποία ενεργοποιεί την επιθυμία του να αποκτήσει εκείνο το στοιχείο που του λείπει. Οι ανάγκες μπορεί να είναι βιολογικές, όπως η πείνα και η δίψα, ή ψυχολογικές, αντικειμενικές ή υποκειμενικές. Οι κλίμακες Μάσλοου και Χέντερσον προτείνουν μια ιεράρχηση των αναγκών:

ΤΡΥΦΕΡΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ: ΒΑΣΙΚΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΑΝΑΓΚΗ
Ήδη από το 1943 αναγνωρίζεται ότι το ΣΕΞ ανήκει στις «βασικές ανάγκες» του ανθρώπου, δηλαδή τις ανάγκες εκείνες που η ικανοποίηση και η φροντίδα τους αποτελούν προτεραιότητα.



ΑΝΑΓΚΕΣ ΑΥΤΟΠΡΑΓΜΑΤΩΣΗΣ:

ηθική, δημιουργικότητα, αυθορμητισμός, επίλυση προβλημάτων, απουσία προκαταλήψεων, αποδοχή των γεγονότων

ΑΝΑΓΚΕΣ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗΣ:

αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση, αίσθηση επιτυχίας, σεβασμός προς τους άλλους, σεβασμός από τους άλλους

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ (ΑΓΑΠΗ/ ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΟΥ ΑΝΗΚΕΙΝ):

φιλία, οικογένεια, σεξουαλικές σχέσεις

ΑΝΑΓΚΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:

σωματική ασφάλεια, εργασιακή ασφάλεια, οικονομική ασφάλεια, ηθική ασφάλεια, οικογενειακή ασφάλεια, ασφάλεια της υγείας, ασφάλεια της ιδιοκτησίας

ΒΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ:

αναπνοή, τροφή, νερό, σεξ, ύπνος, ομοιόσταση, απέκκριση

Ο Αβραάμ Μάσλοου (Abraham Harold Maslow, 1^η Απριλίου 1908 – 8^η Ιουνίου 1970) ήταν ψυχολόγος ο οποίος μελέτησε τις θετικές ανθρώπινες ιδιότητες και τη ζωή υποδειγματικών ανθρώπων. Το 1954, εισήγαγε τη θεωρία της Ιεράρχησης των ανθρώπινων αναγκών, στο έργο του «Κίνητρα και Προσωπικότητα» (*Motivation and Personality*).

Αυτοπραγμάτωση: Τα κίνητρα του ανθρώπου για την πλήρη ανάπτυξη των δυνατοτήτων του. Όπως φαίνεται από την ιεράρχηση των ανθρώπινων αναγκών του Μάσλοου, για να επιτευχθεί η αυτοπραγμάτωση, θα πρέπει πρώτα να υπάρξει κάλυψη των βασικών αναγκών

Η αυτοεπίγνωση των ΑμεΑ όσον αφορά τις ανάγκες τους, αποτελεί αφετηρία για την αναγνώριση και την υποστήριξη αυτών των αναγκών.

Για τα ΑμεΑ, η απόκτηση αυτοεπίγνωσης των αναγκών τους μπορεί να αποδειχτεί περίπλοκη διαδικασία. Όλοι οι άνθρωποι, από την πρώιμη παιδική ηλικία, δέχονται μια πληθώρα αισθητηριακών/ψυχολογικών ερεθισμάτων, που τους βοηθούν να αντιληφθούν τις ανάγκες τους και τους θέτουν διαρκώς ενώπιον αποφάσεων για την κάλυψη αυτών των αναγκών. Για πολλά άτομα με αναπηρία, τέτοιου είδους ερεθίσματα ενδέχεται να είναι περιορισμένα εξαιτίας ενός μεγάλου εύρους συνθηκών, όπως οι αισθητηριακοί περιορισμοί ή οι διαφορετικές απόψεις και προσεγγίσεις των υποστηρικτών σε σχέση με το βαθμό της πληροφόρησης και της επίγνωσης που θα πρέπει να έχουν ή που είναι ικανά να έχουν τα ΑμεΑ.

Η συγκεκριμένη προσέγγιση θα μπορούσε να χαρακτηριστεί με τη φράση «μη ρωτάς, μην απαντάς». Αν οι υποστηρικτές δεν ρωτούν ποτέ τα ΑμεΑ για το σεξ και τις σεξουαλικές τους ανάγκες, αν δεν τους μιλούν ποτέ για τα συγκεκριμένα θέματα, τότε ίσως έχουν την προσδοκία ότι οι σεξουαλικές τους ανάγκες απλώς θα «εξαφανιστούν» και δεν θα χρειαστεί τελικά να ικανοποιηθούν.

Η προσέγγιση αυτή έχει συχνά ως αποτέλεσμα τα ΑμεΑ να μη συνειδητοποιούν επαρκώς τις σεξουαλικές τους ανάγκες αλλά ούτε και την πληθώρα των διαθέσιμων επιλογών. Κάτι τέτοιο αποτελεί αφενός άρνηση της πραγματικότητας και αφετέρου άρνηση των στοιχειωδών ανθρωπίνων δικαιωμάτων των ΑμεΑ. Η πληροφόρηση δίνει τη δυνατότητα να ανοίξει ο δρόμος προς την αυτοεπίγνωση. Είναι πολύ πιθανό να χρειάζεται πρώτα ενημέρωση, κατάρτιση και υποστήριξη με σκοπό την αναγνώριση και κατανόηση της σεξουαλικότητας, ώστε στη συνέχεια τα ΑμεΑ να έχουν τη δυνατότητα να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τις ανάγκες τους...

Ένας τρόπος να βοηθηθούν τα ΑμεΑ και οι υποστηρικτές τους στην αναγνώριση των σεξουαλικών αναγκών είναι μέσω της αναγνώρισης των συναισθημάτων που συνδέονται με τις συγκεκριμένες ανάγκες.

Τα συναισθήματα δεν είναι ούτε θετικά ούτε αρνητικά. Όλα τα συναισθήματα εξυπηρετούν κάποιο σκοπό, επομένως είναι έγκυρα και απαραίτητα. Μπορούν να γίνουν αντιληπτά ως συνταξιδιώτες, που μας δείχνουν ποιες είναι οι ανάγκες μας. Παραδείγματος χάρη, αν ένα άτομο με αναπηρία αισθάνεται λύπη για την απώλεια κάποιου προσώπου, μάλλον χρειάζεται την επαφή με έναν άλλο άνθρωπο για να παρηγορηθεί. Αν αισθάνεται φόβο, σημαίνει πως χρειάζεται ένα βαθμό προστασίας για να νιώσει ασφάλεια. Από αυτή την άποψη, είναι ουσιαστικής σημασίας το να μάθουν τα ΑμεΑ να αναγνωρίζουν συγκεκριμένα συναισθήματα και να λαμβάνουν υποστήριξη προκειμένου να τα εκφράσουν, ούτως ώστε οι ανάγκες τους να προσδιορίζονται και να αντιμετωπίζονται με τον κατάλληλο τρόπο.

Όταν πρόκειται για την υποστήριξη αναγκών στο πεδίο της σεξουαλικότητας, **όσο νωρίτερα τις εντοπίσουν οι υποστηρικτές, τόσο το καλύτερο**. Ανάγκες που παραμένουν ανεκπλήρωτες για μεγάλο διάστημα ενδέχεται να πυροδοτήσουν αρνητικές συμπεριφορές και καταστάσεις, οι οποίες τελικά επηρεάζουν την ποιότητα ζωής του ατόμου με αναπηρία, οδηγώντας το σε αίσθημα ματαιώσης και σε απομόνωση. Αν οι ανάγκες εντοπιστούν έγκαιρα, υπάρχει μεγαλύτερο εύρος ευκαιριών μάθησης και επιλογών σε σχέση με τις

αποφάσεις. Έτσι αποφεύγεται το ενδεχόμενο επιδείνωσης μιας κατάστασης, πράγμα που θα προκαλούσε ή θα ενθάρρυνε μονομερείς παρεμβάσεις, οι οποίες είναι αντίθετες με την προσέγγιση ΥΛΑ.

Χρήσιμα εργαλεία για τον προσδιορισμό των αναγκών του υποστηριζόμενου ατόμου (ΥΑ)

Ενίσχυση ικανοτήτων μέσω παιχνιδιών

Μέσω του παιχνιδιού είναι εφικτό να διαπιστωθεί αν το ΥΑ διατηρεί ικανοποιητικές σχέσεις με άλλα άτομα. Για παράδειγμα, παρατηρώντας τις αλληλεπιδράσεις του ΥΑ με άλλα άτομα κατά τη διάρκεια παιχνιδιών και στο πλαίσιο του παιχνιδιού, γίνονται ορατές πτυχές όπως οι εξής: αν το υποστηριζόμενο άτομο διστάζει να κάνει χειραψία ή να αγγίξει άλλο άτομο, αν η σωματική επαφή είναι υπερβολική ή ανάρμοστη, ή αν το άτομο μιλά με σκληρότητα. Έτσι δίνεται η δυνατότητα να συζητήσουμε με το ΥΑ εν γένει για την αλληλεπίδρασή του με άλλους ανθρώπους, αλλά και για τις σεξουαλικές σχέσεις και τον τρόπο διαχείρισης της σωματικής επαφής. Επιπλέον, δίνεται χώρος για να ακουστούν οι ερωτήσεις ή/και οι ανάγκες του ατόμου.

Αισθητηριακές ασκήσεις

Εντός ενός εκπαιδευτικού πλαισίου ή στο πλαίσιο του προγραμματισμού υποστηρικτικών ενεργειών, μπορούν να χρησιμοποιηθούν ασκήσεις οι οποίες επιτρέπουν στο ΥΑ να εξερευνήσει νέα πεδία, όπως το ίδιο του το σώμα, άλλα σώματα, σχέσεις με άλλα άτομα, την έκφραση συναισθημάτων, την έκφραση συμφωνιών, διαφωνιών ή διαθέσεων, τον καθορισμό ορίων για τη διαφύλαξη της ιδιωτικότητας...

Προσωπικές συνεντεύξεις

Εφόσον δημιουργηθεί ένας δεσμός μεταξύ υποστηρικτή και υποστηριζόμενου ατόμου, είναι εφικτό, μέσω ημιδομημένων συνεντεύξεων, να μιλήσουμε ανοιχτά με το ΥΑ για τη σεξουαλικότητα, τις προτιμήσεις, τις ανάγκες, τις γνώσεις και τις εμπειρίες του. Μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν υποστηρικτικά εργαλεία, όπως σκίτσα, κόμικς, άρθρα, αποσπάσματα ταινιών...

Συνεντεύξεις με μέλη της οικογένειας / πρόσωπα αναφοράς

Ένας επιπλέον τρόπος αναγνώρισης των αναγκών του ΥΑ είναι η διεξαγωγή συνεντεύξεων με συγγενείς ή άλλα πρόσωπα αναφοράς, όπως φίλους ή νόμιμους κηδεμόνες, και πάντοτε με την άδεια του ΥΑ. Κάτι τέτοιο δίνει τη δυνατότητα στους υποστηρικτές να έρθουν σε επαφή με περισσότερες οπτικές και να αποκτήσουν περαιτέρω εικόνα όσον αφορά τόσο το συγκεκριμένο περιβάλλον όσο και τις επιλογές που έχουν, για να προχωρήσουν.

Παρατήρηση

Όσο απλή και τετριμμένη και αν φαίνεται αρχικά, η μέθοδος της «παρατήρησης» αποτελεί στην πραγματικότητα ένα από τα κυριότερα εργαλεία. Μας επιτρέπει να συλλέξουμε πλήθος πληροφοριών και αποδεικνύεται εξαιρετικά χρήσιμο στην προσπάθειά μας να αναγνωρίσουμε και να υποστηρίξουμε τις εκάστοτε ανάγκες. Παρατηρούμε, λοιπόν, για να γνωρίσουμε το άτομο με αναπηρία, για να μάθουμε το περιβάλλον και τις ανάγκες του.

Βασικά στοιχεία για τη σωστή παρατήρηση:

Εστιάζουμε στο εδώ και το τώρα και προσπαθούμε να διατηρήσουμε την αντικειμενικότητά μας. Γνωρίζουμε ότι δεν μπορούμε να αποφύγουμε την υποκειμενικότητα σε ποσοστό 100% και ότι η απόλυτη αντικειμενικότητα δεν είναι εφικτή. Το να κρινόμαστε είναι κομμάτι της ζωής και ίσως υπάρξουν και αξιολογικές κρίσεις. Ξεκινώντας από αυτό το δεδομένο, προσπαθήστε η αντίληψη που θα σχηματίσετε μέσω της παρατήρησης να είναι διαυγής, τεκμηριωμένη και να επιδέχεται αμφισβήτηση.

“Διαχωρίστε τι πιστεύετε ότι συμβαίνει από το τι πραγματικά συμβαίνει.”

► **Επικοινωνία και σεξουαλικότητα**

Το δεύτερο βασικό σημείο που θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη όταν παρέχεται ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας είναι η εξασφάλιση της καλής επικοινωνίας μεταξύ ΥΑ και υποστηρικτή. Η καλή επικοινωνία βοηθά στην αποφυγή παρεξηγήσεων και διασφαλίζει ότι οι ανάγκες, οι προτιμήσεις και επιθυμίες γίνονται πλήρως κατανοητές, και ως τέτοιες αντιμετωπίζονται.

Τι σημαίνει επικοινωνία.

Η επικοινωνία είναι μια διαδικασία στην οποία συμμετέχουμε διαρκώς, αν όχι πάντοτε. Χρησιμοποιούμε πολλές και διαφορετικές λέξεις για να την περιγράψουμε: συζήτηση, κουβέντα, διάλογος, συνέντευξη κλπ. Όλες οι παραπάνω λέξεις υποδηλώνουν τον προφορικό λόγο, όμως σήμερα έχουμε ως εργαλείο επικοινωνίας και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης: τις ιστοσελίδες, τα tweet, τα γραπτά μηνύματα, τα emoji κλπ. Η επικοινωνία είναι κάτι πολύ περισσότερο από τον προφορικό ή τον γραπτό λόγο. Είναι κάθε μορφή αλληλεπίδρασης μεταξύ διαφορετικών ατόμων. Μπορεί να είναι ένα χαμόγελο, μια ματιά, ένα νεύμα του χεριού, η στάση του σώματος ή η έκφραση του προσώπου. Η αλληλεπίδραση και η επικοινωνία αποτελούν απαραίτητα στοιχεία για τη διαπίστωση αλλά και την έκφραση των αναγκών, των επιλογών και των προσδοκιών του ατόμου...

Γιατί επικοινωνούμε.

Όλοι και όλες έχουν την ανάγκη της επικοινωνίας. Ανήκει στα βασικά ένστικτα του ανθρώπου και είναι προϋπόθεση για να ζει κανείς, για να αποτελεί μέρος της κοινωνίας και να γνωρίζει ότι οι κοντινοί του άνθρωποι τον εκτιμούν και τον θέλουν. Η πλήρης απουσία

οποιασδήποτε ευκαιρίας για επικοινωνία (ή η έλλειψη βούλησης για επικοινωνία) μπορεί να καταστεί εξαιρετικά επιβλαβής για το άτομο – όχι μόνο σε πρακτικό επίπεδο (π.χ. πώς θα έδειχνε ότι πεινάει ή πώς θα ζητούσε την προσοχή των άλλων;), αλλά και σε κοινωνικό και συναισθηματικό επίπεδο. Ελάχιστοι είναι εκείνοι που επιλέγουν τη ζωή του ερημίτη. Επικοινωνούμε προκειμένου να αποκαλύψουμε στους άλλους ένα μέρος του εαυτού μας και να εκφράσουμε τη θέλησή μας. Συνεπώς, τα κίνητρα για επικοινωνία είναι πολύ ισχυρά.

Εξηγώντας τη διαδικασία ...

Για να υπάρξει διαπροσωπική επικοινωνία, χρειάζονται τουλάχιστον δύο μέρη διαθέσιμα να επενδύσουν σε μια «εταιρική σχέση» που θα ενισχύει την αμοιβαία κατανόηση. Τα δύο μέρη αλληλεπιδρούν μέσω μηνυμάτων και ανατροφοδότησης, χρησιμοποιώντας διάφορους διαύλους. Πάντα θα υπάρχει κάποιο είδος εμποδίου στην επικοινωνία – είτε κάποιος θόρυβος είτε απλά το γεγονός ότι έχουμε διαφορετικές απόψεις για το περιεχόμενο της συζήτησης – που θα δημιουργεί παρεμβολές και θα ασκεί παραμορφωτική επίδραση στις πληροφορίες που ανταλλάσσουμε. Κάθε άτομο που επικοινωνεί διαθέτει τη δική του κουλτούρα, έχει τις δικές του αξίες και εμπειρίες, πράγμα που ίσως επηρεάζει τον τρόπο που αντιλαμβανόμαστε ο ένας τον άλλον στην αρχή. Στη συνέχεια όμως, όσο επικοινωνούμε, αρχίζουμε να μοιραζόμαστε κοινά βιώματα και έτσι σταδιακά αποκτούμε μεγαλύτερη εμπειρία της διαδικασίας και μαθαίνουνε καλύτερα τον συνομιλητή μας.

Τι είναι η εναλλακτική επικοινωνία

Ορισμένα ΑμεΑ ενδέχεται να αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην επικοινωνία και ως εκ τούτου χρησιμοποιούν την Εναλλακτική και Επαυξητική Επικοινωνία (ΕΕΕ). Η ΕΕΕ ορίζεται ως ένα σύνολο εργαλείων και στρατηγικών με στόχο το ξεπέραςμα διάφορων καθημερινών εμποδίων στην επικοινωνία. Εκτός από την ομιλία, η ΕΕΕ δύναται να λάβει πολλές άλλες μορφές: βλέμματα, χειρονομίες, εικονογραφικά σύμβολα, γραφή, εκφράσεις του προσώπου, αφή, φωτογραφίες, αντικείμενα ή τμήματα αντικειμένων, συνθετητές φωνής κλπ. Κατά κανόνα, ένα σύστημα Εναλλακτικής και Επαυξητικής Επικοινωνίας χρησιμοποιεί πλήθος βοηθημάτων και μορφών επικοινωνίας, ανάλογα με τις ατομικές ανάγκες και τις ικανότητες του επικοινωνιακού εταίρου. Σημαντική είναι η λειτουργικότητα και όχι τόσο η μορφή της επικοινωνίας. Το μόνο που έχει πραγματικά σημασία είναι να υπάρχει αμοιβαία κατανόηση (Burkhart, S/D).

► Επικοινωνία για το ζήτημα της σεξουαλικότητας

Καταρχάς: Πόσο άνετα αισθάνεστε να προσεγγίσετε το συγκεκριμένο θέμα με το υποστηριζόμενο άτομο; Εάν νιώθετε αβεβαιότητα ή αμηχανία, ίσως χρειάζεται να αφιερώσετε κάποιο χρόνο για να αναλογιστείτε τους δικούς σας προβληματισμούς και για την δική σας προσωπική ανάπτυξη.

Σε μια συζήτηση για τη σεξουαλικότητα και τις ερωτικές σχέσεις, είναι απαραίτητο να λαμβάνονται υπόψη ορισμένα κεντρικά σημεία:

- » Συζητήστε με φυσικότητα, αναγνωρίζοντας παράλληλα ότι κάποια θέματα πιθανώς να είναι πολύ προσωπικά και ενδεχομένως ορισμένα άτομα θα δυσανασχετήσουν στην αρχή;
- » Δείξτε ότι είστε πρόθυμοι να ακούσετε και ότι έχετε πίστη στο υποστηριζόμενο άτομο;
- » Μιλήστε καθαρά και ήρεμα, αποφεύγοντας την αργκό ή την περίπλοκη ορολογία, χρησιμοποιώντας απλές αλλά σωστές πληροφορίες και απτά παραδείγματα;
- » Για να εντάξετε τα υπό συζήτηση θέματα σε ένα νοηματικό πλαίσιο, χρησιμοποιήστε ως παράδειγμα απλές, καθημερινές πράξεις και συνήθειες;
- » Συζητήστε τους κοινωνικούς κανόνες και τις κοινωνικές αξίες, και σεβαστείτε την ιδιωτικότητα του καθενός;
- » Να είστε προετοιμασμένοι να ανταποκριθείτε με τον κατάλληλο τρόπο εάν σας γνωστοποιηθούν επικίνδυνες ή κακοποιητικές καταστάσεις, που πλήττουν την υγεία του ατόμου ή το καθιστούν ευάλωτο. Οφείλετε επίσης να γνωρίζετε πότε να απευθυνθείτε σε άλλους αρμόδιους στην περίπτωση αποκάλυψης τέτοιων περιστατικών (βλ. ενότητα 4 για περαιτέρω πληροφορίες σχετικά με το θέμα).
- » Να είστε σε θέση να αποκαθλώσετε μύθους και να απομυθοποιήσετε πεποιθήσεις γύρω από τη σεξουαλικότητα και τις ερωτικές σχέσεις – είτε ανήκουν σε εσάς είτε στο υποστηριζόμενο άτομο;
- » Δώστε σημασία στη λεκτική (ομιλία) αλλά και τη μη λεκτική επικοινωνία (εκφράσεις του προσώπου, στάση του σώματος);
- » Προάγετε την αυτονομία του ατόμου.

Πού και πότε να επικοινωνήσετε με το άτομο με αναπηρία για το ζήτημα της σεξουαλικότητας και των ερωτικών σχέσεων

Το ζήτημα της σεξουαλικότητας και των ερωτικών σχέσεων διερευνάται μόνο όταν έχει πλέον δημιουργηθεί μεταξύ του ΑμεΑ και του υποστηρικτή μια σχέση που επιτρέπει την διεξαγωγή της συζήτησης σε κλίμα άνεσης και εμπιστοσύνης. Σε ορισμένες περιπτώσεις, ωστόσο, ίσως χρειαστεί να θιγεί το θέμα σε πιο πρώιμο στάδιο της διαδικασίας, αν έχει προκύψει κάποιο σοβαρό ερώτημα ή κάποια αντιπαράθεση σε σχέση με αυτό.

Όποτε αποφασίσετε να μιλήσετε στο άτομο με αναπηρία για το συγκεκριμένο θέμα, ή αν το ίδιο το άτομο σας πλησιάσει, θέτοντάς σας σχετικό ερώτημα, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να τηρήσετε το απόρρητο και την εμπιστευτικότητα της συνομιλίας. Η καλύτερη πρακτική που μπορείτε να υιοθετήσετε είναι να φροντίσετε η συζήτηση αυτή να γίνει μόνο με τους άμεσα εμπλεκόμενους και σε ασφαλή χώρο.

Πώς να επικοινωνήσετε με το άτομο με αναπηρία για το ζήτημα της σεξουαλικότητας και της ερωτικής επαφής

Η επικοινωνία είναι αμφίδρομη οδός! Το να σε ακούν και να σε καταλαβαίνουν είναι εξίσου σημαντικό με το να έχεις την ικανότητα να ακούς ενεργητικά το άλλο άτομο. Το να είναι κανείς ανοιχτός απέναντι στη μορφή που μπορεί να λάβει η επικοινωνία και στον τρόπο συνδιαμόρφωσής της είναι επίσης ζητήματα θεμελιώδους σημασίας...

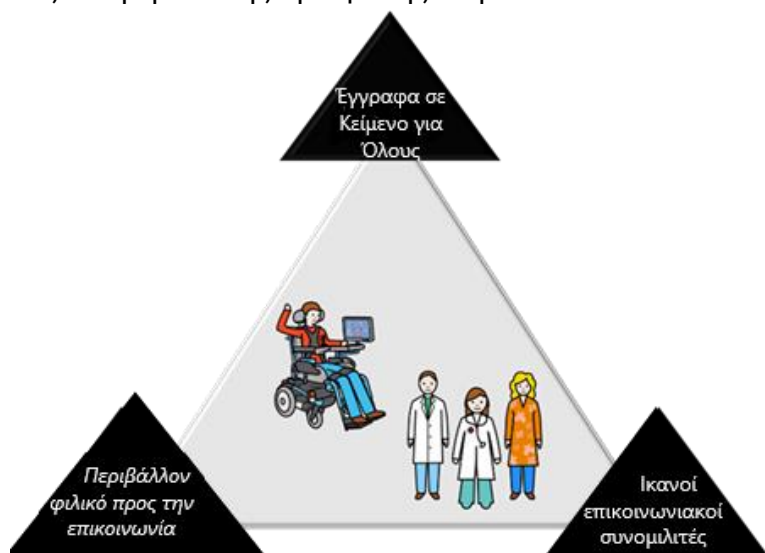
Προκειμένου να επικοινωνήσετε με το άτομο με αναπηρία για τη σεξουαλικότητα και τις ερωτικές σχέσεις, είναι σημαντικό να μη φοβάστε να θίξετε το συγκεκριμένο ζήτημα, καθώς η βαρύτητά του δεν διαφέρει από εκείνη άλλων θεμάτων (όπως, για παράδειγμα, ο ύπνος ή το φαγητό).

Γενικές συστάσεις – Θα σας φανεί χρήσιμο να θυμάστε τα εξής:

	<p>ΧΑΛΑΡΩΣΤΕ: Τις περισσότερες φορές, όταν ένα άτομο με αναπηρία δηλώνει ότι θέλει να κάνει σχέση ή να κουβεντιάσει για τη σεξουαλικότητα, οι άνθρωποι αγχώνονται διότι αμέσως εικάζουν ότι έχει υπάρξει ήδη σεξουαλική επαφή ή ότι επίκειται.</p>
	<p>ΘΥΜΗΘΕΙΤΕ: Προτού καν σκεφτεί κανείς ως ενδεχόμενο ή/και συζητήσει τη σεξουαλική επαφή, συνήθως υπάρχει μια μακρά διαδικασία, η οποία ξεκινά με τη γνωριμία με το άλλο άτομο, προχωρά με τη δημιουργία σχέσης και εντέλει φτάνει στην ερωτική επαφή μεταξύ σεξουαλικών συντρόφων. Υπάρχουν όμως πολλές επιπλέον διαστάσεις που συνδέονται με τη σεξουαλικότητα και τις ερωτικές σχέσεις, και οι οποίες αποτελούν αξιόλογα θέματα προς σκέψη και συζήτηση.</p>
	<p>ΑΠΟΚΑΛΥΨΤΕ: Η σεξουαλικότητα είναι ένα ζήτημα σαν όλα τα άλλα ζητήματα της ανθρώπινης συμπεριφοράς και βιώνεται από το σύνολο των ανθρώπων. Πολλοί είναι εκείνοι που συνήθως δεν συζητούν για τη σεξουαλική τους ζωή ή που μπορεί να νιώθουν πολύ αμήχανα για να το επιχειρήσουν, όταν όμως τους προκύπτει η ανάγκη να μιλήσουν είναι φυσιολογικό να αναζητήσουν βοήθεια. Είναι κομβικής σημασίας να έχει κανείς την αυτοπεποίθηση αλλά και την παρότρυνση να μιλήσει σε κάποιο πρόσωπο που εμπιστεύεται.</p>
	<p>ΕΜΒΑΘΥΝΕΤΕ: Ξεκινήστε τη συζήτηση από ένα ευκολότερο θέμα, που θα οδηγήσει στα πιο ειδικά και πιο άβολα, μερικές φορές, θέματα. Κάτι τέτοιο ίσως βοηθήσει εσάς αλλά και το άτομο με αναπηρία.</p>
	<p>ΕΡΕΥΝΗΣΤΕ: Αφήστε τη συζήτηση να εξελιχθεί, θέτοντας ανοιχτά και μη παρεμβατικά ερωτήματα, ανάλογα με το άτομο και τη σχέση σας μαζί του, και επιτρέποντας στην κουβέντα να κυλήσει φυσικά.</p>
	<p>ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΤΕΙΤΕ: Ακούστε προσεκτικά και βοηθήστε το άτομο με αναπηρία να εξετάσει όλες τις πιθανές επιλογές. Υποστηρίξτε το, δίνοντάς του σαφείς και ακριβείς πληροφορίες. Σκεφτείτε τα δικά σας συναισθήματα, κατά πόσο νιώθετε προετοιμασμένοι και έχετε την άνεση να ασχοληθείτε με το συγκεκριμένο ζήτημα. Αν χρειαστεί, αναζητήστε τη βοήθεια ειδικών.</p>

► **Πρόσβαση στην επικοινωνία και τρόποι βελτίωσής της**

Για να δημιουργήσετε καλή πρόσβαση στην επικοινωνία, είναι ουσιαστικό να λάβετε υπόψη σας το τρίγωνο της πρόσβασης στην επικοινωνία!



Διάγραμμα 5. Το τρίγωνο της πρόσβασης στην επικοινωνία

Ιδέες για τη δημιουργία φιλικού προς την επικοινωνία περιβάλλοντος

- » Διαμορφώστε χώρους που δίνουν τη δυνατότητα στους ανθρώπους να καθίσουν και να κάνουν μια ήρεμη ιδιωτική συζήτηση;
- » Δημιουργήστε ένα περιβάλλον όπου οι οπτικοί περισπασμοί είναι ελάχιστοι ή (ακόμα καλύτερα) απουσιάζουν εντελώς;
- » Δημιουργήστε ένα ήσυχο περιβάλλον, εξαλείφοντας ή μειώνοντας τους θορύβους στο χώρο;
- » Φροντίστε να υπάρχει στο χώρο υλικό για την παροχή των σχετικών πληροφοριών (π.χ. οπτικά βοηθήματα για την επικοινωνία – πίνακες επικοινωνίας με εικόνες, ώστε να διευκολύνεται η κατανόηση του σύνθετου λεξιλογίου);
- » Εάν κρίνεται σκόπιμο, πριν τη συζήτηση, ενημερώστε με σαφήνεια τους συμμετέχοντες για το πρόγραμμα της συνάντησης, τον στόχο της και το θέμα που πρόκειται να διερευνηθεί...

Ιδέες για τη μετατροπή εγγράφων σε Κειμένων για Όλους (Easy to Read):

1. Δημιουργήστε ευρετήριο που θα διευκολύνει την πλοήγηση στο έγγραφο;
2. Χρησιμοποιήστε απλό λεξιλόγιο, εικόνες και παραδείγματα;
3. Αν απαιτείται σύνθετη ή εξειδικευμένη ορολογία, καταρτίστε γλωσσάρι με απλές και πρακτικές εξηγήσεις;
4. Χρησιμοποιήστε μικρές, σαφείς προτάσεις, στην ενεργητική φωνή;
5. Να υπάρχει μία μόνο πρόταση σε κάθε σειρά. Να αποφεύγεται ο χωρισμός της ίδιας πρότασης σε δύο σειρές;

6. Αποφύγετε τις μεγάλες παραγράφους που ξεκινούν σε μία σελίδα και συνεχίζονται στην επόμενη;
7. Χρησιμοποιήστε απλή και ευανάγνωστη γραμματοσειρά (όχι Serif), με μέγεθος γραμμάτων 12 ή και μεγαλύτερο;
8. Μορφοποιήστε το κείμενο με στοίχιση στα αριστερά, ώστε να μη δημιουργούνται ογκώδεις ευθυγραμμισμένες παράγραφοι;
9. Επιλέξτε διάστημα 1,5 ή μεγαλύτερο μεταξύ των γραμμών;
10. Χρησιμοποιήστε εικόνες υποβοηθητικές για την κατανόηση του κειμένου και συμβουλευτείτε το άτομο με αναπηρία σχετικά με την καταλληλότητά τους;
11. Στο τέλος κάθε ενότητας του κειμένου, συνοψίστε την κεντρική ιδέα ή το βασικό μήνυμα.

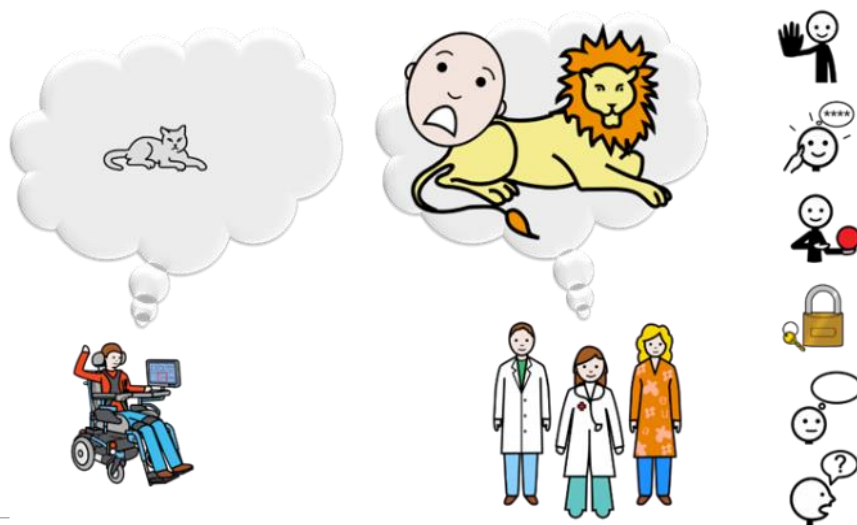
Ιδέες για να βελτιώσετε τον ρόλο σας ως ικανός επικοινωνιακός συνομιλητής

- » Χρησιμοποιήστε την αναστοχαστική ακρόαση, δίνοντας βάρος τόσο στις λεκτικές όσο και στις μη λεκτικές πτυχές της επικοινωνίας;
- » Ενισχύστε τον προφορικό λόγο με τη χρήση οπτικών υποστηρικτικών μέσων;
- » Μην ξεχνάτε να κάνετε παύσεις, δίνοντας στον συνομιλητή σας χρόνο να επεξεργαστεί τις πληροφορίες και να απαντήσει;
- » Φροντίστε να υπάρχει στη συζήτηση ισορροπία μεταξύ των δικών σας πρωτοβουλιών και των πρωτοβουλιών του συνομιλητή σας;
- » Να υπάρχει ισορροπία μεταξύ ερωτήσεων, σχολιασμού και διευκρινίσεων;
- » Μοιραστείτε την ευθύνη για τις όποιες παρανοήσεις ή αποτυχίες στην επικοινωνία;
- » Διδαχτείτε από τις παρανοήσεις και τις αποτυχίες και βρείτε νέους τρόπους για την ενίσχυση μιας επιτυχούς επικοινωνίας.

Διαθέσιμες πηγές και παρεμφερή προγράμματα:

- » CHANGE UK - [CHANGE - Learning Disability Rights Charity - Easy Read \(changepeople.org\)](http://changepeople.org)
- » Learning Disability England - [Easy Read Information – Learning Disability England](http://easy-read-information-learning-disability-england.org)
- » Diretrizes de Leitura Fácil - [diretrizes básicas para pessoas que encomendam informações de leitura fácil.pdf \(easy-read-online.co.uk\)](http://easy-read-online.co.uk)

Δεν είναι αναγκαστικά δύσκολη μια συζήτηση με ΑμεΑ για τη σεξουαλικότητα και τις ερωτικές σχέσεις! Σε μεγάλο βαθμό, εξαρτάται από τη δική μας στάση, τους μύθους, τις πεποιθήσεις και τις ανησυχίες μας. Ας μην ξεχνάμε ότι η σεξουαλικότητα είναι ένα φυσιολογικό θέμα και ας προκρίνουμε την απλή και φυσιολογική προσέγγισή του.



Πώς φαντάζονται οι διαφορετικοί συνομιλητές μια συζήτηση για τη σεξουαλικότητα.

► Αναστοχαστική ακρόαση για τη σεξουαλικότητα

Το τρίτο βασικό σημείο που οφείλουμε να λαμβάνουμε υπόψη κατά την παροχή ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας είναι η αναστοχαστική ακρόαση.

Η ακρόαση συνιστά δομικό στοιχείο της επικοινωνίας. Η αποτελεσματική ακρόαση βασίζεται στην ικανότητα να ακούμε αναστοχαστικά, ώστε να αποκωδικοποιούμε με ακρίβεια το επικοινωνιακό μήνυμα του ομιλητή (Khanna, 2020). Η ικανότητα αυτή δεν είναι έμφυτο ταλέντο, αλλά δεξιότητα που αναπτύσσεται μέσω της πρακτικής εξάσκησης.

Χρησιμοποιούμε τον όρο «αναστοχαστική ακρόαση» για να περιγράψουμε την προσέγγιση της προσεκτικής και συμμετοχικής ακρόασης, η οποία επιδιώκει να εμβαθύνει στην οπτική του συνομιλητή (Khanna, 20220). Είναι μια διαδικασία «επιβεβαίωσης», ώστε να διασφαλίζεται ότι ο πομπός και ο δέκτης του επικοινωνιακού μηνύματος κατανοούν αμφότεροι το πραγματικό του περιεχόμενο. Η αναστοχαστική ακρόαση υπογραμμίζει την ανάγκη να μην αλλοιώνεται το μήνυμα του πομπού από ενδεχόμενες προσθήκες του δέκτη, όπως συμβουλές, εικασίες, συμπεράσματα, αξιολογήσεις, αναλύσεις ή προσωπικές αξίες και αντιλήψεις (Arnold, 2014). Ως διαδικασία περιλαμβάνει δεξιότητες προσεκτικής παρακολούθησης και αναστοχασμού. (Δείτε επίσης: [https://www.gordontraining.com/free-workplace-articles/active-listening/.](https://www.gordontraining.com/free-workplace-articles/active-listening/))

Οι δεξιότητες προσεκτικής παρακολούθησης διασφαλίζουν ότι η προσοχή του δέκτη είναι πλήρως στραμμένη στην κατανόηση του πραγματικού μηνύματος του πομπού. Ορισμένες δεξιότητες προσεκτικής παρακολούθησης είναι οι εξής:

- Έκφραση ενδιαφέροντος: δείξτε στον συνομιλητή σας ότι συμμετέχετε στη συζήτηση, προσφέροντας μικρές ενδείξεις ενθάρρυνσης, είτε λεκτικές («μάλιστα», «μίλησε μου περισσότερο») είτε μη λεκτικές (διατήρηση οπτικής επαφής, νεύματα).
 - » «Ήταν απαίσια η σημερινή μου μέρα στη δουλειά».
 - » «Μίλησέ μου περισσότερο για αυτό. Τι συνέβη;»

- Παράφραση/σύνοψη: Μέσω της παράφρασης και της σύνοψης («Αυτό που καταλαβαίνω είναι ότι...» / «Νομίζω ότι μου λες πως...») ο δέκτης διατυπώνει με τα δικά του λόγια το μήνυμα του πομπού. Η συγκεκριμένη τεχνική βοηθά στην αποσαφήνιση του περιεχομένου και προάγει την αμοιβαία κατανόηση.
 - » *«Ο προϊστάμενός μου μου αναθέτει συνέχεια πάρα πολλές δουλειές. Είναι αδύνατο να τα βγάλει πέρα μόνο ένα άτομο!»;*
 - » *«Άρα λες ότι ο προϊστάμενός σου έχει μη ρεαλιστικές απαιτήσεις από σένα σε σχέση με το φόρτο εργασίας που σου αναθέτει».*
- Διευκρινιστικές ερωτήσεις: Οι θολές εικασίες και τα βιαστικά συμπεράσματα μπορούν να διαστρεβλώσουν σε μεγάλο βαθμό το περιεχόμενο του μηνύματος. Στα σημεία όπου χρειάζεται μεγαλύτερη σαφήνεια, είναι θεμιτό να γίνονται διευκρινιστικές ερωτήσεις για την αποφυγή παρανοήσεων («Τι ακριβώς εννοείς λέγοντας ότι...», «Κατάλαβα σωστά ότι...»)
 - » *«Μέχρι εδώ! Νιώθω έτοιμος να εκραγώ».*
 - » *«Τι εννοείς ακριβώς; Τι θα κάνεις αν 'εκραγείς'».*
- Ανοιχτού τύπου ερωτήσεις: Οι ερωτήσεις ανοιχτού τύπου βοηθούν να λάβουμε μια πληροφορία με ελάχιστη καθοδήγηση και αποτελούν ένα ωφέλιμο εργαλείο για τη διερεύνηση και την κατανόηση της οπτικής γωνίας του πομπού.
 - » *«Δύσκολη κατάσταση. Πώς νιώθεις για όλα αυτά».*

Στη συνέχεια, και αφού έχει γίνει κατανοητό, μέσω των δεξιοτήτων προσεκτικής παρακολούθησης, το νόημα που εμπεριέχεται στο μήνυμα του πομπού, ακολουθεί το επόμενο βήμα, η αναστοχαστική διαδικασία, η οποία κινείται σε δύο κατευθύνσεις (Karnieli-Miller, 2019):

- Αναστοχασμός της οπτικής του πομπού: Ο αναστοχασμός της οπτικής του πομπού είναι η διαδικασία κατά την οποία επαναδιατυπώνουμε στον πομπό αφενός το περιεχόμενο του μηνύματός του και αφετέρου το συναίσθημα που εντοπίζεται στη βάση του. Ο σκοπός της διαδικασίας είναι διττός: Πρώτον, επιτρέπει στον δέκτη του μηνύματος να επαληθεύσει εάν κατανόησε με ακρίβεια την οπτική και την εσωτερική εμπειρία του πομπού. Δεύτερον, επιτρέπει στον πομπό να «ακούσει» τα προσωπικά του νοήματα, αποκτώντας έτσι καλύτερη κατανόηση του εαυτού του. Και πάλι, ο στόχος είναι να παραμείνουμε πιστοί στο μήνυμα το οποίο έχει εκφραστεί, χωρίς να επιβάλουμε τις δικές μας προσωπικές απόψεις ή εικασίες.
 - » *«Εκείνο που καταλαβαίνω είναι ότι ο φόρτος εργασίας σου και οι μη ρεαλιστικές απαιτήσεις του προϊσταμένου σου σχετικά με την απόδοσή σου έχουν κόστος πάνω σου. Φαίνεσαι αγχωμένος και απογοητευμένος».*
- Προσωπικός αναστοχασμός: Ο προσωπικός αναστοχασμός είναι μια διαδικασία ενδοσκόπησης, η οποία εστιάζει στην ενίσχυση της αυτογνωσίας και της αυτό-κατανόησης σχετικά με ό,τι συμβαίνει μέσα μας κατά τη διάρκεια της ακρόασης. Περιλαμβάνει το να αντιλαμβανόμαστε τις δικές μας προσωπικές σκέψεις και τα προσωπικά συναισθήματα που αναδύονται καθώς ακούμε το μήνυμα του πομπού, και ειδικά εκείνες τις σκέψεις και εκείνα

τα συναισθήματα που παρεμποδίζουν την ικανότητά μας να είμαστε ανοιχτοί στην οπτική του πομπού. Ορισμένα ερωτήματα που μπορούμε να θέσουμε στον εαυτό μας κατά τη διάρκεια του προσωπικού αναστοχασμού είναι τα εξής:

- » Ποιο σημείο του μηνύματος προξένησε τη συναισθηματική μου αντίδραση;
- » Ο τρόπος που βλέπω τα πράγματα μου επιτρέπει αυτή τη στιγμή να ακούσω ενεργητικά και αναστοχαστικά;
- » Προσπαθώ πράγματι να ακούσω ή απλώς περιμένω τη σειρά μου να μιλήσω;
- » Προσπαθώ πράγματι να καταλάβω την άποψη του συνομιλητή μου ή προσπαθώ να επιβάλω τη δική μου.

Τα ερωτήματα αυτά μας δίνουν τη δυνατότητα να εντοπίσουμε και να διαχειριστούμε τις προσωπικές μας αξιολογικές κρίσεις και απόψεις, οι οποίες παρεμβαίνουν στην ακρόαση, και επομένως να μειώσουμε τις παρεμβολές στην επικοινωνία.

- **Ακούστε με προσοχή**
- **Χρησιμοποιήστε περιλήψεις και παραφράσεις**
- **Ζητήστε διευκρινίσεις**
- **Θέστε ανοιχτού τύπου ερωτήσεις**



Διάγραμμα 6. Διαδικασία αναστοχαστικής ακρόασης

► Διερεύνηση των αξιών και των στάσεων μας στο θέμα της σεξουαλικότητας

Το τέταρτο βασικό σημείο που οφείλουμε να λαμβάνουμε υπόψη κατά την παροχή ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας είναι να έχουμε συναίσθηση των δικών μας αξιών και στάσεων έναντι της σεξουαλικότητας, καθώς παίζουν καθοριστικό ρόλο στο πώς αντιλαμβανόμαστε ορισμένα θέματα και πώς αντιδρούμε σε αυτά.

Τι σημαίνει στάση και πώς επηρεάζει τη συμπεριφορά.

Με τον όρο «στάση» αναφερόμαστε σε ένα σύνολο συναισθημάτων, πεποιθήσεων και συμπεριφορών απέναντι σε ένα συγκεκριμένο ζήτημα, άτομο, αντικείμενο ή γεγονός. Η στάση συνήθως είναι αποτέλεσμα προηγούμενων εμπειριών ή παιδείας και μπορεί να ασκεί ισχυρή επίδραση στη συμπεριφορά μας.

Μολονότι η στάση είναι συνήθως κάτι σταθερό μέσα στον χρόνο, έχει ωστόσο τη δυνατότητα να αλλάζει. Οι ψυχολόγοι ορίζουν τη στάση ως επίκτητη τάση να αξιολογούμε τα πράγματα με έναν συγκεκριμένο τρόπο. Τέτοιου είδους αξιολογήσεις τις περισσότερες φορές είναι είτε θετικές είτε αρνητικές, όμως ενίοτε μπορεί να είναι και αβέβαιες (Cherry, 2021).

Ο βαθμός στον οποίο είναι εδραιωμένη μια στάση αποτελεί συχνά ένδειξη για τη συμπεριφορά που θα ακολουθήσει. Όσο πιο ακλόνητη είναι η στάση τόσο μεγαλύτερες είναι οι πιθανότητες να επηρεάσει τη συμπεριφορά μας. Το πόσο ισχυρή είναι μια στάση συνδέεται με την προσωπική βαρύτητα που έχει. Έτσι, αν μια στάση σχετίζεται στενά με το προσωπικό μας συμφέρον, αποκτά εξαιρετική σημασία. Κατά συνέπεια, η στάση αυτή θα ασκεί ισχυρή επίδραση στη συμπεριφορά μας. Αντίθετα, μια στάση που δεν σχετίζεται κατά οποιονδήποτε τρόπο με τη ζωή μας, δεν θεωρείται σημαντική για εμάς. (McLeod, 2018).



Διάγραμμα 7. Παράγοντες που επηρεάζουν τη διαμόρφωση στάσεων

Συνιστώσες της στάσης

Η δομή μιας στάσης αναλύεται σε τρεις συνιστώσες, σύμφωνα με το μοντέλο ABC (McLeod, 2018):

- » **Συναισθηματική συνιστώσα:** Αφορά τα αισθήματα/ συναισθήματα έναντι του αντικείμενου της στάσης, δηλαδή τα συναισθήματα που σας γεννά ένα αντικείμενο, άτομο, ζήτημα ή γεγονός. Για παράδειγμα: «Δεν είμαι εξοικειωμένος με τις ομοφυλοφιλικές σχέσεις και ως εκ τούτου με σοκάρουν».
- » **Συμπεριφορική συνιστώσα:** Ο τρόπος με τον οποίο η στάση μας επηρεάζει τις πράξεις ή τη συμπεριφορά μας. Για παράδειγμα: «Δεν δέχομαι να έχω φίλους με ομοφυλοφιλικό προσανατολισμό και θα αντιδράσω αρνητικά αν ένα ΑμεΑ εκφράσει την πρόθεσή του να συνάψει ομοφυλοφιλική σχέση».



- » **Γνωστική συνιστώσα:** Αφορά τις πεποιθήσεις και τις αξίες έναντι του αντικειμένου της στάσης, δηλαδή τις σκέψεις και τα πιστεύω σας σχετικά με το ζήτημα. Για παράδειγμα: «Θεωρώ ότι ο σωστός σεξουαλικός προσανατολισμός είναι η ετεροφυλοφιλία».



Διάγραμμα 8.
Συνιστώσες μιας στάσης

Συνηθισμένες στάσεις αναφορικά με τη σεξουαλικότητα των ΑμεΑ

Η στάση που έχουν για τη σεξουαλικότητα οι επαγγελματίες και οι οικογενειακοί φροντιστές είναι ιδιαίτερα κρίσιμη, δεδομένου ότι εκείνοι συνήθως ελέγχουν την πρόσβαση των ατόμων με αναπηρία στη σεξουαλική αγωγή και στις ευκαιρίες για σεξουαλική έκφραση (Ryan και McConkey, 2000).

Οι Esmail, Darry, Walter και Knupp (2010) υποστηρίζουν ότι είναι διαδεδομένη η άποψη που θεωρεί τα άτομα με αναπηρία ασεξουαλικά, εξαιτίας της κυρίαρχης αντίληψης για το σεξ και για το τι χαρακτηρίζεται φυσιολογικό στο συγκεκριμένο πεδίο. Η έλλειψη ενημέρωσης και εκπαίδευσης στο θέμα της σεξουαλικότητας και της αναπηρίας υπήρξαν καθοριστικοί παράγοντες, συμβάλλοντας στο στίγμα που συνοδεύει τον συνδυασμό αναπηρίας και σεξουαλικότητας. Οι στάσεις και οι αντιλήψεις της κοινωνίας πηγάζουν από την παιδεία και τη γνώση. Αν το θέμα της σεξουαλικότητας και της αναπηρίας καθίσταται άορατο, κατά πάσα πιθανότητα και η κοινωνία θα έχει μια πολύ στενή αντίληψη επ' αυτού.

Πολλοί πιστεύουν ότι τα ΑμεΑ έχουν ελλιπή συναίσθηση της σεξουαλικότητάς τους και ότι δεν ενδιαφέρονται για τη σύναψη ερωτικών σχέσεων. Γονείς ατόμων με αναπηρία δηλώνουν ότι δεν νιώθουν έτοιμοι να παρέχουν σεξουαλική αγωγή στα παιδιά τους, ενώ συχνά φοβούνται ότι οι γιοι ή οι κόρες τους δεν θα ξέρουν πώς να εκφράσουν τις σεξουαλικές τους παρορμήσεις με τρόπο κοινωνικά αποδεκτό. Φοβούνται επίσης ότι μια συζήτηση για το σεξ θα λειτουργούσε μόνο ως προτροπή σε σεξουαλικές πράξεις. Επίσης, αρκετές φορές, οι γονείς ατόμων με αναπηρία ανησυχούν μην πέσει ο γιος ή η κόρη τους θύμα σεξουαλικής κακοποίησης, επομένως γίνονται ίσως αρκετά περιοριστικοί όταν προκύπτει το ερώτημα σχετικά με το αν θα τους επιτρέψουν να έχουν σεξουαλικές εμπειρίες. Λόγω άγνοιας και προκαταλήψεων, η σεξουαλική συμπεριφορά των ανδρών με νοητικές αναπτυξιακές αναπηρίες ή/και διαταραχές ψυχικής υγείας θεωρείται κατά κάποιο τρόπο αφύσικη, ενώ, παράλληλα, η σεξουαλικότητα των γυναικών με νοητικές αναπτυξιακές αναπηρίες ή/και διαταραχές ψυχικής υγείας περιορίζεται αποκλειστικά σε ζητήματα όπως η προσωπική υγιεινή και η προστασία απέναντι στα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα ή στο ενδεχόμενο εγκυμοσύνης. Τέτοιες στάσεις έχουν ως αποτέλεσμα να καταστέλλονται οι σεξουαλικές ορμές των ΑμεΑ και να παραμελούνται οι πραγματικές προκλήσεις που θέτει η σεξουαλική συμπεριφορά (Tamas, Jovanovic, Rajic, Ighjatovic και Prkosovacki, 2019).

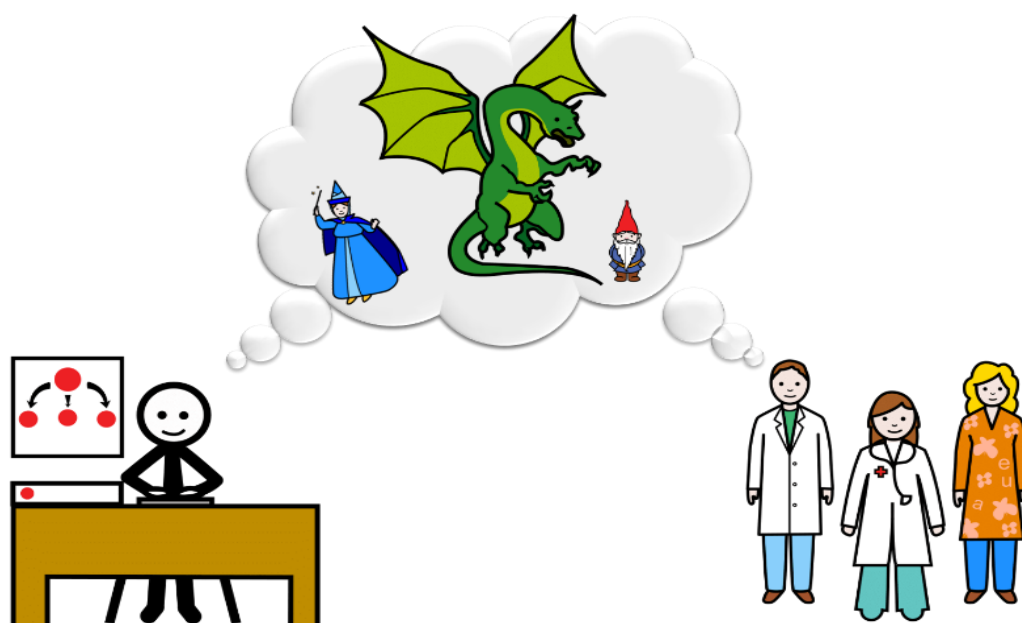
Συχνοί μύθοι για τη σεξουαλικότητα και τα ΑμεΑ

Τα ΑμεΑ σπανίως αντιμετωπίζονται ως σεξουαλικά όντα, γεγονός που οδηγεί σε μια σειρά μύθων και παρανοήσεων που περιβάλλουν την αναπηρία και το σεξ. Πρόκειται για το πέμπτο σημείο που οφείλουμε να λαμβάνουμε υπόψη όταν παρέχουμε ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας. Οι συγκεκριμένοι μύθοι συμβάλλουν στη διαιώνιση μιας στρεβλής και εσφαλμένης αντίληψης για το θέμα.

Τι να (μην) πιστεύετε

Αν κάποιος δεν έχει επίγνωση των πεποιθήσεων, των αξιών και των συμπεριφορών του, είναι πιθανό να αναπτύξει μια έντονη στάση όσον αφορά το ζήτημα της σεξουαλικότητας και της αναπηρίας, η οποία θα επηρεάσει την προσωπική του κρίση αλλά και την επαγγελματική του πρακτική. Ίσως μάλιστα αρχίσει πραγματικά να πιστεύει σε μύθους, δηλαδή σε ευρέως διαδεδομένες αλλά αναληθείς πεποιθήσεις ή ιδέες, που χρησιμοποιούνται συχνά για να ερμηνεύσουν είτε τα φυσικά είτε τα κοινωνικά φαινόμενα. Πολλές φορές, οι μύθοι που πιστεύουμε βασίζονται σε πατροπαράδοτες αντιλήψεις και σε ιστορίες οι οποίες αποτελούν προϊόν διαδόσεων, ενώ επιπλέον επηρεάζονται και από τη δική μας στάση.

Είναι σωστό, όμως, να βασίζει κανείς την κρίση και τις αποφάσεις του σε αναληθείς πεποιθήσεις και απόψεις; Ή... μήπως θα έπρεπε να ακολουθούμε διεθνή πρότυπα και πρακτικές βασισμένες σε ερευνητικά δεδομένα.



Τι επιλέγετε να πιστέψετε; Τους μύθους ή την πραγματικότητα

Όσον αφορά τη σεξουαλικότητα των ατόμων με αναπηρία, υπάρχουν αρκετές παρανοήσεις οι οποίες ενδέχεται να διαστρεβλώνουν τον τρόπο σκέψης μας και να επηρεάζουν τις αποφάσεις μας. Ορισμένοι μύθοι που συναντάμε συχνά είναι οι εξής:

<p>Τα ΑμεΑ είναι ασεξουαλικά</p>	<p>Ένας από τους σπουδαιότερους φραγμούς στην έκφραση της σεξουαλικότητας των ΑμεΑ είναι η αρνητική στάση της κοινωνίας και η διάχυτη αντίληψη που βλέπει τα ΑμεΑ ως μη σεξουαλικά όντα. Όμως, τα ΑμεΑ, όπως και όλοι μας, είναι «πρώτα από όλα άνθρωποι» και ως εκ τούτου είναι σεξουαλικά όντα, όπως εξάλλου ο καθένας και η καθεμιά, με σεξουαλικές επιθυμίες, συναισθήματα και φαντασιώσεις.</p> <p>Ένα ακόμα εμπόδιο έγκειται στο γεγονός ότι ορισμένα ΑμεΑ δεν είναι ανεξάρτητα, από την άποψη της «αυτοεξυπηρέτησης», παραδείγματος χάρη, και ενδέχεται να βασίζονται σε άλλους για συγκεκριμένες ανάγκες τους. Σε τέτοιες περιπτώσεις, κάποιιο αντιμετωπίζουν τα ΑμεΑ σαν παιδιά και τα θεωρούν ασεξουαλικά. Ωστόσο, όλοι οι άνθρωποι, ανεξάρτητα από το αν, το πότε, το πώς και με ποιο πρόσωπο θα επιλέξουν ή δεν θα επιλέξουν να εκφράσουν τη σεξουαλικότητά τους, είναι σεξουαλικά όντα, στον βαθμό που αυτό είναι επιλογή τους.</p>
<p>Τα ΑμεΑ είναι υπερσεξουαλικά</p>	<p>Πιστεύεται ότι τα άτομα με αναπηρία και τα άτομα χωρίς αναπηρία διαφοροποιούνται ως προς το ενδιαφέρον τους για το σεξ. Όσον αφορά τα ΑμεΑ, ορισμένοι θεωρούν τη σεξουαλικότητά τους υπερβολική ή ακόμα και ανησυχητική. Συνήθως αυτό οφείλεται περισσότερο στη δημόσια έκφραση και όχι στη συχνότητα σεξουαλικών συμπεριφορών κάποιων ατόμων. Τέτοιες περιπτώσεις παρατηρούνται σε άτομα με σοβαρότερες μορφές νοητικής αναπτυξιακής αναπηρίας (Maia & Ribeiro, 2010), τα οποία ενδέχεται να εκδηλώνουν σεξουαλικές ή σεξουαλικοποιημένες συμπεριφορές δημοσίως, χωρίς επίγνωση πως πρόκειται για κάτι ανάρμοστο. Δεν υφίσταται πραγματική σχέση μεταξύ της υπερβολικής σεξουαλικότητας και των βιολογικών χαρακτηριστικών της αναπηρίας.</p>
<p>Η σεξουαλικότητα των ΑμεΑ είναι διαφορετική</p>	<p>Η αναπηρία ενδέχεται να επηρεάζει ορισμένα στάδια της σεξουαλικής απόκρισης και να έχει λειτουργικές επιπτώσεις στον τρόπο που εξελίσσονται οι σεξουαλικές σχέσεις, ωστόσο δεν εμποδίζει το άτομο να έχει σεξουαλικότητα και να τη βιώνει ευχάριστα. Ένα άτομο με κινητική αναπηρία, λόγου χάρη, ίσως να μην μπορεί να αγγίξει το σώμα του ή το σώμα του/της σεξουαλικού του συντρόφου χωρίς βοήθεια, αυτό όμως δεν σημαίνει ότι η σεξουαλική εξερεύνηση θα είναι αφύσικη, ανορθόδοξη ή λιγότερο ευχάριστη, αν υφίσταται η κατάλληλη υποστήριξη.</p>

<p>Η σεξουαλικότητα των ΑμεΑ είναι δυσλειτουργική</p>	<p>Για να εξετάσουμε τον συγκεκριμένο μύθο, είναι σημαντικό να αναρωτηθούμε το εξής: Υπάρχει κάποια ιδανική σεξουαλική λειτουργικότητα; Ή μήπως η σεξουαλικότητα είναι λειτουργικά διαφορετική για τον κάθε άνθρωπο; Εντέλει, σε ποιον ανήκει το πρόβλημα όταν όλη η δυσκολία έγκειται στην αποδοχή της διαφορετικότητας σε σχέση με τον τρόπο, τον χρόνο και τα μέσα πραγμάτωσης της σεξουαλικής εμπειρίας</p>
<p>Η σεξουαλικότητα είναι δευτερεύουσας σημασίας για τα ΑμεΑ</p>	<p>Ο καθένας και η καθεμιά αποδίδει διαφορετική αξία στο σεξ. Το άτομο που ζει με κάποια μορφή αναπηρίας πιθανότατα θα περιβάλλεται από ανθρώπους που του επισημαίνουν ότι έχει να ασχοληθεί με πολύ σοβαρότερα θέματα. Είναι αλήθεια όμως; Και για ποιον; Ποιος το αποφασίζει</p>
<p>Τα ΑμεΑ δεν αντιμετωπίζουν κίνδυνο σεξουαλικής παρενόχλησης/κακοποίησης</p>	<p>Τα άτομα με αναπηρία έχουν πολύ περισσότερες πιθανότητες να πέσουν θύματα σεξουαλικής επίθεσης. Στατιστικά στοιχεία δείχνουν πως οι πιθανότητες είναι από δύο έως δέκα φορές μεγαλύτερες. Άτομα με αναπτυξιακές αναπηρίες διατρέχουν τον κίνδυνο της σεξουαλικής κακοποίησης, καθώς συχνά τους μαθαίνουν να συμμορφώνονται με ό,τι τους ζητούν να κάνουν, πολλές φορές θέλουν να ευχαριστήσουν τους άλλους και ενδεχομένως να δυσκολεύονται να διακρίνουν τις αρμόζουσες από τις ανάρμοστες συμπεριφορές. (Basile, Breiding & Smith, 2016). Να, λοιπόν, ένας λόγος να διδάξετε την ΥΛΑ στο συγκεκριμένο πεδίο και να εξηγήσετε με σαφήνεια τι είναι ασφαλές και τι επικίνδυνο!</p>
<p>Τα ΑμεΑ δεν είναι ικανά να γίνουν γονείς.</p>	<p>Η δημιουργία οικογένειας είναι φυσιολογικό κομμάτι της ανθρώπινης ύπαρξης και πολλά άτομα με αναπηρία επιλέγουν να αποκτήσουν παιδιά, πράγμα που αποτελεί αναγνωρισμένο ανθρώπινο δικαίωμα. Οι απόψεις και οι αποφάσεις του καθενός και της καθεμιάς οφείλουν να γίνονται σεβαστές.</p>
<p>Τα ΑμεΑ δεν μπορούν να κάνουν σωστές επιλογές οικογενειακού προγραμματισμού</p>	<p>Σε αρκετές περιπτώσεις, ενδέχεται να είναι δύσκολη για τα ΑμεΑ η απόφαση να αποκτήσουν ή να μην αποκτήσουν παιδιά και να απαιτείται η βοήθεια ή και η συγκατάθεση των γονέων ή των κηδεμόνων τους. Ακόμη και στις συγκεκριμένες περιπτώσεις, οφείλουμε να ενθαρρύνουμε την αυτονομία και την υπευθυνότητα των ατόμων με αναπηρία, καθώς επίσης να τα υποστηρίζουμε προκειμένου να λάβουν τις δικές τους αποφάσεις, αξιοποιώντας όλη την απαραίτητη/παρεχόμενη υποστήριξη. Για τα ΑμεΑ, είναι πιο πιθανό να αποτελεί πρόβλημα η έλλειψη υποστήριξης, παρά η αναπηρία αυτή καθαυτή, δημιουργώντας δυσκολίες τόσο στην λήψη αποφάσεων κατόπιν της βέλτιστης δυνατής ενημέρωσης όσο και στη φροντίδα της οικογένειας και του νοικοκυριού.</p>

Τα ΑμεΑ είναι
πάντοτε
ετεροφυλόφιλα

Τα ΑμεΑ, όπως άλλωστε οι πάντες, μπορούν να ανήκουν στη ΛΟΑΤΚΙ κοινότητα και να αυτοπροσδιορίζονται ως λεσβίες, ομοφυλόφιλοι, αμφιφυλόφιλοι, τρανς, queer ή/και ίντερσεξ άτομα. Ωστόσο, το γεγονός αυτό συχνά παραγνωρίζεται από άτομα χωρίς αναπηρία, εξαιτίας της λανθασμένης εντύπωσης ότι τα ΑμεΑ είναι ασεξουαλικά.

Τα ΑμεΑ είναι σεξουαλικά όντα, διαθέτουν συναισθήματα και θέλουν να τα εκδηλώνουν. Τα σωματικά, αισθητηριακά ή νοητικά χαρακτηριστικά ενός ατόμου δεν θα πρέπει να περιορίζουν την έκφραση της σεξουαλικότητάς του. Η σεξουαλική συμπεριφορά και οι σεξουαλικές προτιμήσεις είναι προσωπικές και μοναδικές για κάθε άτομο, είτε έχει κάποια αναπηρία είτε όχι.

Όποιο και αν είναι το πλαίσιο της απασχόλησής σας και το είδος της αρωγής που παρέχετε σε ΑμεΑ, είναι σημαντικό η αντίληψή σας για τη ζωή των ΑμεΑ να σχηματίζεται μέσα από ενδελεχή και σωστή ενημέρωση, και να μη βασίζεται σε παρανοήσεις ή πατροπαράδοτες ιδέες. Ακόμη σημαντικότερο είναι να λαμβάνουν τα ίδια τα ΑμεΑ τις αποφάσεις για τη ζωή τους, έχοντας όλη την απαραίτητη υποστήριξη.

► Νοοτροπία Ανάπτυξης

Το έκτο και τελευταίο σημείο που πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά την παροχή ΥΛΑ στο πεδίο της σεξουαλικότητας αφορά την τήρηση μιας νοοτροπίας ανάπτυξης, ο οποίος επιτρέπει στους υποστηρικτές αφενός να υπερβαίνουν προκαταλήψεις και προκαθορισμένους τρόπους λειτουργίας και αφετέρου να είναι ανοιχτοί σε νέες γνώσεις και καταστάσεις.

Η σημασία της Νοοτροπίας Ανάπτυξης

Οι άνθρωποι με «άκαμπτο τρόπο σκέψης» πιστεύουν ότι αρκετές από τις ικανότητές μας, συμπεριλαμβανομένου του τρόπου σκέψης μας, είναι «στατικές» και δεν γίνεται να αλλάξουν. Αντιθέτως, όσοι εμφανίζουν «Νοοτροπία Ανάπτυξης» πιστεύουν ότι οι περισσότερες από τις ικανότητές μας έχουν δυνατότητες εξέλιξης μέσω της σκληρής δουλειάς και της αφοσίωσης. Η «νοοτροπία ανάπτυξης» συνεπάγεται να κατανοεί κανείς ότι μπορεί να βελτιωθεί, να μάθει και να σκεφτεί διαφορετικά, με την πάροδο του χρόνου, εφόσον καταβάλλει την απαιτούμενη προσπάθεια. Οι φορείς της νοοτροπίας ανάπτυξης αντιλαμβάνονται τη σημασία της υπομονής και της αποφασιστικότητας, ειδικά όταν βρίσκονται αντιμέτωποι με νέες προκλήσεις (Cherry, 2020).

Όταν υποστηρίζουμε ΑμεΑ στην άσκηση του δικαιώματός τους στη σεξουαλικότητα, είναι σημαντικό να διαθέτουμε αναπτυξιακό τρόπο σκέψης, διότι θα μας βοηθήσει να υπερβούμε τα εμπόδια που ενδεχομένως θα συναντήσουμε όποτε χρειαστεί να μάθουμε κάτι καινούργιο, όποτε βρεθούμε αντιμέτωποι με μια νέα συνθήκη ή όποτε απαιτείται να αποκτήσουμε νέες δεξιότητες. Στην πραγματικότητα, όλοι εμείς, οικογενειακοί φροντιστές, επαγγελματίες και προϊστάμενοι, μαθαίνουμε και εξελισσόμαστε σε αυτό το πεδίο.

Ο ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΣΚΕΨΗΣ είναι ελευθερία

«Είναι κι αυτό ένα κομμάτι της δουλειάς μου».

«Θέλω να μάθω περισσότερα για τη σεξουαλικότητα των ΑμεΝΑ»

«Η σεξουαλικότητα αποτελεί εμπειρία ζωής και αφορά τον κάθε άνθρωπο».

«Δεν έχω ξαναδουλέψει σε αυτήν την ιδέα, αλλά είμαι πρόθυμος να δοκιμάσω».

Ο ΑΚΑΜΠΤΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΣΚΕΨΗΣ είναι περιοριστικός

«Το σεξ είναι μεν δικαίωμά τους, αλλά δεν είναι ο δικός μου ρόλος».

«Έχω τις δικές μου προσωπικές αξίες και εμπειρίες, και δεν θέλω να μάθω κάτι άλλο πάνω σε αυτό το θέμα».

«Το δικό μου χρέος είναι να φροντίζω να είναι ασφαλείς και ευπρεπείς».

«Δεν έχω τις δεξιότητες για έναν τέτοιο ρόλο».



Προστασία και Σεξουαλική Κακοποίηση

Υπάρχει το ενδεχόμενο, κατά την εφαρμογή της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων στο πεδίο της σεξουαλικότητας, υποστηριζόμενα άτομα, και ειδικά άτομα με νοητικές αναπτυξιακές αναπηρίες ή/και διαταραχές ψυχικής υγείας, να αποκαλύψουν στους υποστηρικτές τους κάποια μορφή είτε τωρινής είτε παλαιότερης σεξουαλικής κακοποίησης. Η ενότητα που ακολουθεί περιέχει συγκεκριμένες οδηγίες αλλά και πληροφορίες για την βαθύτερη κατανόηση του ζητήματος, ούτως ώστε οι υποστηρικτές να είναι ενήμεροι και προετοιμασμένοι σε τέτοιες περιπτώσεις.

► Προστασία και σεξουαλική κακοποίηση

«Εφαρμόζουμε μέτρα προστασίας προκειμένου οι άνθρωποι να παραμείνουν ασφαλείς έναντι συνθηκών κακοποίησης, κακομεταχείρισης, παραμέλησης ή εκμετάλλευσης. Συνήθως, όταν γίνεται λόγος περί μέτρων προστασίας, αυτό αφορά την προστασία παιδιών ή ευάλωτων ενηλίκων». (Mencap 2021).

Οι ενήλικες με νοητικές αναπτυξιακές αναπηρίες και διαταραχές ψυχικής υγείας είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι στην πιθανότητα κακοποίησης. Αναφέρονται με τον όρο «ευάλωτοι ενήλικοι». Αυτό συμβαίνει διότι υπάρχουν τα εξής ενδεχόμενα:

- » να μην αναγνωρίζουν ότι υφίστανται κακοποίηση·
- » να νιώθουν ότι δεν μπορούν να ζητήσουν βοήθεια, ειδικά αν βασίζονται στον θύτη για την κάλυψη των αναγκών τους·
- » να μην ξέρουν πού να απευθυνθούν για βοήθεια και να έχουν περιορισμένη πρόσβαση σε εναλλακτικές επιλογές·
- » να μη διαθέτουν τις επικοινωνιακές δεξιότητες για να εκφράσουν λεκτικά τι συμβαίνει·
- » οι άλλοι να νομίζουν πως οι ενδείξεις της κακοποίησης οφείλονται στην αναπηρία του ατόμου και έτσι να τους διαφεύγουν, να τις παρερμηνεύουν ή να τις παραβλέπουν·
- » να αντιμετωπίζονται με μεγαλύτερη δυσπιστία·
- » να έχουν συνηθίσει να κάνουν πράγματα με σκοπό να χαροποιήσουν άλλους·
- » να βρίσκονται πιθανότατα σε πιο ανίσχυρη θέση από τον θύτη, εξαιτίας της αναπηρίας/των διαταραχών ψυχικής υγείας, γεγονός που ενδέχεται να διευκολύνει την κακοποίηση.

Η κακοποίηση μπορεί να είναι συναισθηματική, σωματική, σεξουαλική, οικονομική ή κακοποίηση σε ιδρύματα (institutional). Η κακοποίηση αφορά κάτι που συμβαίνει ενώ δεν θα έπρεπε να συμβαίνει (πράξεις). Η παραμέληση αφορά κάτι που θα έπρεπε να συμβαίνει, αλλά δεν συμβαίνει (παραλείψεις), λόγω χάρη να μην παρέχεται επαρκής ποσότητα τροφής και ρουχισμού ή πρόσβαση σε ιατροφαρμακευτική περίθαλψη.



Το άτομο που κακοποιεί ή παραμελεί βρίσκεται πάντοτε σε θέση ισχύος σε σχέση με το άτομο που υφίσταται κακοποίηση ή παραμέληση. Αυτό σημαίνει ότι μπορεί να υπάρξει σεξουαλική κακοποίηση και μεταξύ δύο ατόμων με αναπηρία. Κάτι τέτοιο μπορεί να συμβεί όταν η σχέση είναι (ή ήταν) άνιση εξαιτίας διαφοροποιήσεων ως προς τις ικανότητες ή εξαιτίας άλλων παραγόντων. Μπορεί επίσης να είναι αποτέλεσμα κάποιας επίκτητης συμπεριφοράς ενός εκ των δύο μερών. Σε αυτήν την περίπτωση, η σεξουαλική κακοποίηση θα πρέπει να αντιμετωπίζεται με τον ίδιο τρόπο που θα αντιμετωπιζόταν και αν ο θύτης δεν ήταν άτομο με αναπηρία, συνεκτιμώντας βέβαια διεξοδικά κάθε επιπλέον παράγοντα.

Οι παρούσες κατευθυντήριες γραμμές, στο πλαίσιο του προγράμματος SMARTS, εστιάζουν στη σεξουαλικότητα και την ενθάρρυνση/ενδυνάμωση των ΑμεΑ ώστε να μπορούν να μιλούν και να αποφασίζουν για τη σεξουαλική τους δραστηριότητα, αλλά και για να αναπτύσσουν σεξουαλική δραστηριότητα, με την εν γνώσει συναίνεσή τους και υπό τον έλεγχό τους. Σε ένα τέτοιο πλαίσιο, όμως, οι θύτες ίσως βρουν την ευκαιρία να χειραγωγήσουν καταστάσεις με σκοπό τη σεξουαλική κακοποίηση υποστηριζόμενων ατόμων. Συνεπώς, τα μέτρα προστασίας αποκτούν κομβική σημασία και αποτελούν αναπόσπαστο στοιχείο της διαδικασίας. Όλοι θα πρέπει να νιώθουν προστατευμένοι, ασφαλείς και βέβαιοι ότι η διαφύλαξη των δικαιωμάτων των ΑμεΑ όσον αφορά τη σεξουαλικότητα και τις ερωτικές σχέσεις δεν θα επιφέρει αυξημένο κίνδυνο σεξουαλικής κακοποίησης. Για να επιτευχθεί κάτι τέτοιο, η κάθε πλευρά οφείλει να κατανοεί σε βάθος και να εφαρμόζει τα μέτρα προστασίας. Αυτό προϋποθέτει:

- » Να καταλαβαίνουμε τι συνιστά σεξουαλική κακοποίηση και να είμαστε σε θέση να αναγνωρίσουμε τα σημάδια και τα συμπτώματά της.
- » Να γνωρίζουμε τον τρόπο με τον οποίο θα πρέπει να ανταποκριθούμε στην αποκάλυψη σεξουαλικής κακοποίησης.
- » Να αντιλαμβανόμαστε τα όρια της εμπιστευτικότητας.
- » Να γνωρίζουμε ποια είδη αγγίγματος είναι επιτρεπτά.
- » Να γνωρίζουμε με ποιο τρόπο θα να αναφέρουμε τις όποιες ανησυχίες μας και θα ακολουθήσουμε τις προβλεπόμενες από τον οργανισμό διαδικασίες.
- » Να βοηθάμε τα ΑμεΑ να μάθουν πώς να διαφυλάσσουν την ασφάλειά τους.
- » Να παραμένουμε εντός των ορίων μιας επαγγελματικής σχέσης.
- » Όλοι οι υποστηρικτές οφείλουν να γνωρίζουν τις υφιστάμενες διαδικασίες και την πολιτική που εφαρμόζει ο φορέας για την αντιμετώπιση της σεξουαλικής κακοποίησης (στο πλαίσιο της ευρύτερης δέσμης μέτρων προστασίας). Αυτό διασφαλίζει ότι τα υποστηριζόμενα άτομα και οι υποστηρικτές θα έχουν τη μέγιστη δυνατή προστασία και υποστήριξη όταν θα εξετάζουν τις σύνθετες πτυχές του συγκεκριμένου ζητήματος, αλλά και στη συνέχεια. Η κατάρτιση αποτελεί ουσιαστικό κομμάτι της διαδικασίας.

► Τι είναι η σεξουαλική κακοποίηση.

Μολονότι η σεξουαλική κακοποίηση φέρει πολύ ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι υπάρχουν αλληλοεπικαλύψεις με άλλες μορφές κακοποίησης. Για παράδειγμα, στη σεξουαλική κακοποίηση εμπεριέχεται πάντοτε συναισθηματική κακοποίηση και εκμετάλλευση, ενώ ορισμένες φορές συμπεριλαμβάνεται και η σωματική κακοποίηση. Σεξουαλική κακοποίηση είναι η συμμετοχή ατόμων σε σεξουαλικές δραστηριότητες στις οποίες δεν έχουν συναινέσει εν γνώσει τους, δεν τις κατανοούν πλήρως ή δεν επιθυμούν τη συνέχισή τους. Συνήθως, η σεξουαλική κακοποίηση αφορά πράξεις του θύτη σε βάρος του ατόμου που κακοποιείται, ωστόσο υπάρχουν και περιπτώσεις όπου ο δράστης εξαναγκάζει ή πείθει το άλλο άτομο να προβεί σε πράξεις με αποδέκτη τον θύτη ή τρίτα πρόσωπα.

Η σεξουαλική κακοποίηση μπορεί να περιλαμβάνει οποιαδήποτε από τις ακόλουθες πράξεις:

- » ανεπιθύμητα αγγίγματα
- » βιασμό ή απόπειρα βιασμού
- » εξαναγκασμό σε εκτέλεση σεξουαλικών πράξεων
- » σεξουαλική παρενόχληση
- » φωτογράφιση/βιντεοσκόπηση για σεξουαλικούς σκοπούς,
- » εξαναγκασμό σε θέα φωτογραφιών ή παρακολούθηση οπτικοακουστικού υλικού για σεξουαλικούς σκοπούς
- » εξαναγκασμό σε παρακολούθηση σεξουαλικών πράξεων
- » προσβολή δημοσίας αιδούς

► Ενδείξεις και συμπτώματα σεξουαλικής κακοποίησης

Παρουσιάζεται στη συνέχεια ένας κατάλογος με τις κυριότερες ενδείξεις της σεξουαλικής κακοποίησης. Υπάρχει σαφώς πιθανότητα οι συμπεριφορές αυτές να οφείλονται σε άλλες αιτίες, ωστόσο, όταν παρατηρούμε οποιοδήποτε από τα ακόλουθα σημάδια, θα πρέπει πάντα να έχουμε κατά νου το ενδεχόμενο σεξουαλικής κακοποίησης, ειδικά όταν εμφανίζονται ξαφνικά και έρχονται σε αντίθεση με τις συνήθειες ή τον χαρακτήρα του ατόμου. Επιπλέον, είναι σημαντικό να μην καταφεύγουμε στην εικασία ότι η συμπεριφορά που παρατηρούμε οφείλεται στην αναπηρία του ατόμου. Οφείλουμε πάντα να αναρωτιόμαστε αλλά και να μοιραζόμαστε τους προβληματισμούς μας με άλλα άτομα, ώστε να σχηματίζουμε πληρέστερη εικόνα.

- » Μώλωπες στην περιοχή του στήθους ή των γεννητικών οργάνων
- » Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, μολύνσεις ή εκκρίσεις από τα γεννητικά όργανα
- » Παράπονα για μικροενοχλήσεις, όπως π.χ. πονοκέφαλος ή πόνος στην κοιλιά
- » Αλλαγές στις συνήθειες του ύπνου
- » Ξαφνική εμφάνιση νυκτερινής ενούρησης ή αφόδευσης
- » Μερική γνωστοποίηση του γεγονότος: «είναι μυστικό...»

- » Απόσυρση
- » Εγκυμοσύνη
- » Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- » Ανησυχία ή εκνευρισμός
- » Προσπάθεια αποφυγής συγκεκριμένου ατόμου
- » Ψυχαναγκαστική τελετουργική συμπεριφορά
- » Αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες

► Τι πρέπει να κάνω αν μου γνωστοποιηθεί περιστατικό σεξουαλικής κακοποίησης;

Στο πλαίσιο του προγράμματος, δομείτε μια ανοιχτή σχέση εμπιστοσύνης με τα ΑμεΑ, ενθαρρύνοντας τη συζήτηση για σεξουαλικά ζητήματα, με άνεση και χωρίς αμηχανία. Ίσως να είναι η πρώτη φορά που προσφέρεται στο υποστηριζόμενο άτομο μια τέτοια ευκαιρία. Ίσως είναι επίσης η πρώτη φορά που μαθαίνει με ποιες λέξεις να περιγράφει συγκεκριμένες σεξουαλικές πράξεις ή σημεία του σώματος. Μέσα σε ένα τέτοιο πλαίσιο, τα ΑμεΑ θα νιώσουν ασφάλεια και σιγουριά, πράγμα που αναπόφευκτα θα οδηγήσει άτομα με παλαιότερα ή και τωρινά βιώματα σεξουαλικής κακοποίησης στην αποκάλυψή τους.

Υπάρχουν διαφορετικοί τρόποι για να σας αποκαλύψει ένα άτομο με αναπηρία ότι υφίσταται σεξουαλική κακοποίηση:

- Πλήρης ή ανοιχτή γνωστοποίηση
Το άτομο σας μιλά ανοιχτά και ευθέως για την κακοποίηση. Μπορεί αυτό να συμβεί εντελώς απροσδόκητα και να σας συγκλονίσει.
- Μερική ή συγκαλυμμένη γνωστοποίηση
Το άτομο υπαινίσσεται ή υποδεικνύει με κάποιο τρόπο ότι έχει υποστεί σεξουαλική κακοποίηση, ωστόσο αλλάζει αμέσως θέμα. Ενδέχεται να μοιάζει ανήμπορο ή διστακτικό να σας δώσει περισσότερες λεπτομέρειες.
- Έμμεση γνωστοποίηση
Το άτομο μιλά περί κακοποίησης είτε γενικά είτε αναφερόμενο σε άλλο πρόσωπο, και προσπαθεί να δει την αντίδρασή σας.

Για τους περισσότερους ανθρώπους είναι πολύ δύσκολο να βρουν το κουράγιο να μιλήσουν και να παραδεχτούν ενώπιον άλλων ότι τους συμβαίνει κάτι περίεργο, δυσάρεστο, τρομακτικό, κρυφό, που τους προξενεί ντροπή. Το άτομο που έχει υποστεί κακοποίηση είναι πιθανό να παλεύει με πολλών ειδών συναισθήματα και φόβους σχετικά με το τι θα συμβεί σε περίπτωση που μιλήσει για την κακοποίηση. Το άτομο ενδέχεται:

- » να φοβάται ότι δεν θα το πιστέψουν·
- » να κατηγορεί τον εαυτό του για την κακοποίηση·
- » να ανησυχεί μήπως οι άλλοι πάρουν το μέρος του θύτη·
- » να αισθάνεται πολύ τρομαγμένο για να μιλήσει·

- » να μη διαθέτει το λεξιλόγιο για να περιγράψει τι του συνέβη·
- » να φοβάται ότι, αν μιλήσει, ο θύτης θα ασκήσει σωματική βία στο ίδιο το άτομο ή σε άλλους (μπορεί να έχει υπάρξει ανάλογη απειλή)·
- » να μην ξέρει τι θα συμβεί αφότου μιλήσει για την κακοποίηση·
- » να φοβάται ότι οι άλλοι θα θυμώσουν·
- » να ανησυχεί πιστεύοντας ότι η οικογένειά του ίσως στραφεί εναντίον του·
- » να φοβάται ότι θα το απομακρύνουν από το σπίτι, την οικογένεια ή τους φίλους του (μπορεί να έχει υπάρξει επίσης τέτοια απειλή από τον θύτη)·
- » να ανησυχεί για το τι θα σκεφτεί το φιλικό του περιβάλλον·
- » να φοβάται ότι δεν θα αλλάξει τίποτα ακόμα και αν μιλήσει·
- » να ανησυχεί διότι δεν έγινε τίποτα την προηγούμενη φορά που προσπάθησε να μιλήσει και επομένως αναρωτιέται τι νόημα έχει να το επαναλάβει.

Το άτομο ενδέχεται να αισθάνεται φοβερή ντροπή για αυτό που του έχει συμβεί. Είναι πιθανό να σας πει ότι θέλει:

- » να μην το πείτε σε οποιονδήποτε άλλο·
- » να μην ενημερώσετε την αστυνομία·
- » να μην του ζητήσετε να υποβληθεί σε ιατρική εξέταση

Υπάρχει το ενδεχόμενο να είστε ο πρώτος άνθρωπος στον οποίο το άτομο αποκαλύπτει την κακοποίησή του, πράγμα που εναποθέτει σε εσάς μια ιδιαίτερη ευθύνη.

Το άτομο που θέλει να σας αποκαλύψει ότι κακοποιείται μπορεί να ανησυχεί μην σας προκαλέσει στεναχώρια ή θυμό και επομένως ενδέχεται σε ένα πρώτο στάδιο να κάνει απλώς κάποιες νύξεις ή να μιλήσει μόνο για ένα μέρος της κατάστασης, δοκιμάζοντας έτσι τις αντιδράσεις σας. Είναι σημαντικό να έχετε υπομονή και να του δώσετε χρόνο, ώστε να σας μιλήσει τη στιγμή που θα το επιλέξει.

Παραθέτουμε ορισμένες ακόμη προτάσεις που ίσως φανούν χρήσιμες στην υποστήριξη ατόμων που επιχειρούν να μιλήσουν για κακοποίηση:

- » Δείξτε στο άτομο ότι αντιμετωπίζετε με σοβαρότητα τα λεγόμενά του. Εκδηλώστε τη συμπάρασταση και το ενδιαφέρον σας, αλλά μην σχολιάζετε και μην εκφέρετε κρίσεις σε σχέση με ό,τι σας λέει. Σχόλια όπως «γιατί τον άφησες να το κάνει;» ή «γιατί δεν το είπες σε κανέναν;» θα κάνουν το άτομο να νιώσει ότι η κακοποίηση ίσως ήταν δικό του λάθος.
- » Να είστε έτοιμοι να πιστέψετε το υποστηριζόμενο άτομο. Ίσως κάποιες φορές σας είναι δύσκολο να πάρετε στα σοβαρά τα λεγόμενά του, αν η καταγγελία δεν φαίνεται να βγάζει πολύ νόημα, αν γνωρίζετε τον φερόμενο ως δράστη και πιστεύετε ότι αποκλείεται να έχει κάνει κάτι τέτοιο ή αν το υποστηριζόμενο άτομο έχει διατυπώσει αβάσιμους ισχυρισμούς στο παρελθόν.
- » Να θυμάστε ότι ο δικός σας ρόλος δεν είναι να διεξάγετε έρευνα ούτε να λειτουργήσετε ως δικαστές ή ένορκοι. Είστε εκεί για να υποστηρίξετε το άτομο που

βρίσκεται μπροστά σας και προς το παρόν το πλεονέκτημα της αμφιβολίας θα πρέπει να γέρνει προς όφελός του.

- » Μην πιέζετε το άτομο να δώσει περισσότερες λεπτομέρειες για την κακοποίηση και μην του υποβάλετε καθοδηγητικές ερωτήσεις. Με εξαιρετική ευκολία μπορεί να περιπέσετε σε υποδείξεις σχετικά με το τι μπορεί να του συνέβη ή να προσθέσετε λόγια που δεν είπε ποτέ. Ένα τέτοιο παράδειγμα θα ήταν η ερώτηση: «Εννοείς ότι άγγιξε το στήθος σου;» Οι καθοδηγητικές ερωτήσεις γίνονται ένας ιδιαίτερα δελεαστικός κίνδυνος όταν το άτομο δυσκολεύεται να βρει τις κατάλληλες λέξεις ή όταν εσείς βιάζεστε να ακούσετε την ιστορία του.
- » Μην πιέζετε το άτομο να δώσει λεπτομέρειες. Εάν χρειάζεται βοήθεια προκειμένου να μιλήσει για ό,τι συνέβη, έχετε τη δυνατότητα να θέσετε απλές, ανοιχτού τύπου ερωτήσεις, όπως: «Και μετά τι έγινε»
- » Δείξτε έγνοια και συμπόνια, αλλά αποφύγετε τις απόλυτες διαβεβαιώσεις. Υποσχέσεις ότι «δεν θα συμβεί ποτέ ξανά» ή ότι ο φερόμενος ως δράσης «θα μπει φυλακή» αποτελούν εγγυήσεις που δεν είστε σε θέση να διασφαλίσετε. Είναι πιο ειλικρινές να πείτε στο άτομο ότι νοιάζεστε για εκείνο, ότι θα το υποστηρίξετε και ότι θα φροντίσετε να είναι όσο το δυνατόν πιο ασφαλές.

Τι πρέπει να κάνετε:

- » **Παραμείνετε ήρεμοι:** Αυτό δεν είναι τόσο εύκολο όσο φαίνεται. Μπορεί να νιώσετε μεγάλο άγχος και αναστάτωση ακούγοντας ένα άτομο για το οποίο νοιάζεστε να σας λέει ότι έχει κακοποιηθεί.
- » **Ακούστε υπομονετικά:** Ίσως είναι δύσκολο στο άτομο να μιλήσει για το θέμα αυτό, οπότε πιθανόν να χρειαστεί να του δώσετε αρκετό χρόνο.
- » **Αφήστε το άτομο να πάρει τον χρόνο του:** Ορισμένες φορές ίσως υποψιαστείτε ότι ένα άτομο κακοποιείται από τον τρόπο που φέρεται ή που αντιδρά σε συγκεκριμένες καταστάσεις. Πιθανόν να μην είναι σε θέση να σας πει ευθέως τι συνέβη, είτε επειδή δεν έχει τη δυνατότητα της λεκτικής επικοινωνίας είτε επειδή δεν αντιλαμβάνεται πλήρως την κατάσταση. Χρειάζεται να δώσετε στο άτομο χρόνο για να πει την ιστορία του και να έχει την ευκαιρία να καταλάβει τι συμβαίνει, βοηθώντας το παράλληλα, καθώς μπορεί να αισθάνεται αποπροσανατολισμένο.
- » **Χρησιμοποιήστε τη μέθοδο επικοινωνίας που προτιμά το υποστηριζόμενο άτομο:** Βεβαιωθείτε ότι το άτομο έχει στη διάθεσή του τα κατάλληλα νεύματα και σύμβολα για να πει την ιστορία του, π.χ. νεύματα και σύμβολα που δηλώνουν σεξουαλικά σημεία του σώματος και σεξουαλικές πράξεις.
- » **Διαβεβαιώστε το άτομο ότι δεν ευθύνεται για την κακοποίηση:** Είναι πολύ πιθανό το άτομο να αισθάνεται κατά κάποιον τρόπο υπεύθυνο για την κακοποίηση. Δηλώστε του ξεκάθαρα ότι δεν φταίει εκείνο για την κακοποίηση.
- » **Ευχαριστήστε το άτομο για το γεγονός ότι σας μίλησε:** Το άτομο μπορεί να χρειάστηκε πολύ χρόνο προτού αποφασίσει να μιλήσει σε κάποιον για ό,τι συνέβη. Διαβεβαιώστε το επανειλημμένα ότι έκανε καλά που σας μίλησε και επαινέστε το θάρρος του.

- » **Εξηγείστε στο άτομο τι σκοπεύετε να κάνετε στη συνέχεια:** Θα πρέπει πάντοτε να ενημερώνετε το άτομο για τον τρόπο με τον οποίο σκοπεύετε να διαχειριστείτε την πληροφορία. Οφείλετε να εξηγήσετε ότι είστε υποχρεωμένοι να μεταφέρετε το γεγονός σε άλλους και ότι η πληροφορία δεν μπορεί να παραμείνει εμπιστευτική.
- » **Καταγράψτε όσα σας είπε το άτομο το συντομότερο δυνατό, χρησιμοποιώντας τα δικά του λόγια όπου είναι εφικτό:** Αυτό είναι πολύ σημαντικό για την όποια επίσημη διερεύνηση των ισχυρισμών του στο μέλλον. Συντάξτε μια εμπειριστατωμένη αναφορά της συζήτησής σας όσο το δυνατόν πιο γρήγορα. Προσπαθήστε να χρησιμοποιήσετε αυτούσια τα λόγια με τα οποία σας περιέγραψε τι συνέβη. Γράψτε την ημερομηνία, υπογράψτε το έγγραφο και παραδώστε το στον/στην προϊστάμενό/ή σας.
- » **Αναζητήστε υποστήριξη για εσάς:** Είναι σημαντικό να μην υποτιμήσετε τις συνέπειες που ενδέχεται να έχει πάνω σας το γεγονός ότι ακούσατε περιγραφές κακοποίησης. Μολονότι μπορεί να είστε πεπειραμένοι σε αυτόν τον τομέα εργασίας ή να αισθάνεστε ότι αντεπεξήλατε στην περίπτωση, είναι επίσης πιθανό να σας αφήσει αισθήματα άγχους, δυσφορίας ή και θυμού. Μετά το πέρας μιας συζήτησης κατά την οποία σας γνωστοποιείται περιστατικό κακοποίησης, είναι σημαντικό να μην αρνηθείτε τις δικές σας ανάγκες στην προσπάθειά σας να ανταποκριθείτε στις ανάγκες του άλλου ανθρώπου. Χρειάζεστε την ευκαιρία να μιλήσετε για ό,τι συνέβη, να εκφράσετε τα συναισθήματά σας και να τα αναστοχαστείτε.

► Τι ισχύει για το ζήτημα της εμπιστευτικότητας;

Αρκετές πτυχές της ζωής ενός ατόμου με αναπηρία είναι γνωστές σε άλλους, ενώ συχνά οι πτυχές αυτές γίνονται αντικείμενο συζήτησης χωρίς το άτομο να είναι παρόν και εν αγνοία του. Αποτελεί θεμελιώδες δικαίωμα του κάθε ανθρώπου να διαφυλάσσει την ιδιωτικότητά του και να έχει τον έλεγχο των προσωπικών του δεδομένων. Οι πολιτικές και οι διαδικασίες του οργανισμού σχεδιάζονται έτσι ώστε να προστατεύεται το εν λόγω δικαίωμα και να διασφαλίζεται ότι τα προσωπικά δεδομένα του υποστηριζόμενου ατόμου δεν θα μεταβιβάζονται σε τρίτους παρά μόνο με τη συγκατάθεσή του και στο βαθμό που κρίνεται απαραίτητο. Η συγκεκριμένη αρχή έχει ιδιαίτερη βαρύτητα όταν τα ΑμεΑ καλούνται να αποκαλύψουν ιδιωτικές πτυχές της ερωτικής τους ζωής. Εντούτοις, ορισμένες φορές, το ζήτημα της τήρησης της εμπιστευτικότητας δεν είναι απόλυτα σαφές:

- » Όταν ανταλλάσσετε πληροφορίες στις ομαδικές συναντήσεις ή την εποπτεία, θα πρέπει να σκεφτείτε προσεκτικά ποιες εμπιστευτικές πληροφορίες χρειάζεται όντως να μεταφέρετε. Ίσως είναι δυνατό να περιορίσετε ένα μέρος τους, μεταφέροντας ταυτόχρονα στο ακέραιο την ουσία, δηλαδή ό,τι είναι απαραίτητο.
- » Αν λάβετε πληροφορίες που υποδεικνύουν πως ένα άτομο υφίσταται κακοποίηση, παραμέληση ή εκμετάλλευση, δεν τηρείται η εμπιστευτικότητα, αλλά ακολουθούνται οι προβλεπόμενες πολιτικές και διαδικασίες του οργανισμού.
- » Αν λάβετε πληροφορίες οι οποίες υποδεικνύουν ότι ενδέχεται να επέλθει σωματική βλάβη στο υποστηριζόμενο άτομο (π.χ. αυτοτραυματισμός) ή σε τρίτους, θα πρέπει να ασκήσετε το καθήκον της φροντίδας και να διαβιβάσετε την πληροφορία στα αρμόδια πρόσωπα.

- » Αν λάβετε πληροφορίες οι οποίες υποδεικνύουν ότι έλαβε ή θα λάβει χώρα παράνομη ενέργεια, οφείλετε να αναφέρετε το γεγονός στις αρμόδιες αρχές.

► Ποια αγγίγματα είναι εντάξει;

Ένα άγγιγμα είναι εντάξει:

- » όταν το έχει προηγουμένως συζητήσει και συμφωνήσει ο αποδέκτης του ή το άτομο που ενεργεί ως συνήγορός του αποδέκτη.
- » όταν δεν ενέχεται σεξουαλική πρόθεση ή σεξουαλική ικανοποίηση από την πλευρά του ατόμου που αγγίζει. Αυτή η διάσταση είναι που έχει σημασία και όχι ποιο είναι το σημείο του σώματος που δέχεται το άγγιγμα. Άτομα με αναπηρία μπορεί να χρειάζονται βοήθεια στη φροντίδα της προσωπικής τους υγιεινής και να υπάρχει άνθρωπος που για τον σκοπό αυτό αγγίζει τα γεννητικά τους όργανα. Όταν η πράξη δεν εμπεριέχει σεξουαλική πρόθεση ή σεξουαλική ικανοποίηση εκ μέρους του ατόμου που αγγίζει, τότε δεν υπάρχει πρόβλημα. Από την άλλη πλευρά, μπορεί κάποιος να αγγίξει ένα άτομο σε μη σεξουαλικά σημεία του σώματός του, όπως π.χ. στα μαλλιά ή στο γόνατο, με τρόπο που να εμπεριέχει σεξουαλική πρόθεση ή ικανοποίηση. Κάτι τέτοιο δεν είναι εντάξει. Με άλλα λόγια, σημασία έχει η πρόθεση του ατόμου που αγγίζει και όχι το σημείο του σώματος που αγγίζεται.

► Τι πρέπει να κάνω αν υποψιαστώ ότι διαπράττεται σεξουαλική κακοποίηση;

Το χειρότερο που θα μπορούσατε να κάνετε θα ήταν να αποφασίσετε πως δεν θέλετε να το σκέφτεστε, να το αγνοήσετε και να μην κάνετε τίποτα! Πάντα υπάρχει κάτι που μπορείτε να κάνετε.

- » Σε κάθε περίπτωση που υποπτεύεστε την παρουσία κακοποίησης έχετε υποχρέωση να αντιδράσετε. Ο ρόλος σας είναι να παρατηρείτε και να αναφέρετε οτιδήποτε σας γεννά ανησυχία ή την υποψία πως κάτι δεν πάει καλά. Δεν είναι απαραίτητο να **γνωρίζετε** ότι διαπράττεται κακοποίηση ούτε να **πιστεύετε** όσα σας ειπώθηκαν. Να θυμάστε ότι τα υποστηριζόμενα άτομα είναι ευάλωτα και ανίσχυρα σε σύγκριση με άλλους. Βασίζονται σε εσάς, ώστε να μιλήσετε εσείς εκ μέρους τους αν πιστεύετε ότι διατρέχουν κίνδυνο.
- » Μην αγνοείτε και μην απορρίπτετε τις υποψίες σας. **Να θυμάστε ότι δεν έχετε εσείς την ευθύνη να αποφασίσετε αν υφίσταται ή όχι κακοποίηση.** Είναι, όμως, δική σας ευθύνη να διαβιβάσετε τις ανησυχίες σας. Ακόμα και αν εντέλει αποδειχτεί ότι το γεγονός που σας ανησύχησε οφειλόταν σε κάποια άλλη αιτία και όχι σε κακοποίηση, και πάλι εσείς θα έχετε πράξει σωστά που αναφέρατε τις υποψίες σας.
- » Να γνωρίζετε επακριβώς την πολιτική του οργανισμού στο θέμα της κακοποίησης και να ακολουθείτε τις προβλεπόμενες διαδικασίες. Οι διαδικασίες υπάρχουν για να σας βοηθούν να κάνετε το σωστό.
- » Από την πρώτη στιγμή που θα υποψιαστείτε ότι υφίσταται κακοποίηση, θα πρέπει να ενημερώσετε τον/την προϊστάμενο/η σας και να λάβετε οδηγίες και υποστήριξη για τις επόμενες κινήσεις σας. Θα πρέπει να ξέρετε επακριβώς πού να απευθυνθείτε εάν ο ίδιος ο προϊστάμενος είναι ο καταγγελλόμενος για την κακοποίηση. Σε αυτήν την

περίπτωση, οφείλετε να ενημερώσετε άλλον/η προϊστάμενο/η ή άτομο εκτός του οργανισμού.

- » Να θυμάστε ότι δεν είναι δικός σας ρόλος να διεξάγετε έρευνα για το αν έχει υπάρξει κακοποίηση.
- » Αν εσείς και ο/η προϊστάμενός/ή σας αποφασίσετε πως είναι σκόπιμο να συγκεντρώσετε περισσότερες πληροφορίες μιλώντας με το άτομο που κατά τη γνώμη σας είναι πιθανό να κακοποιείται, τότε επιλέξτε τον χρόνο και τον τόπο που θα επιτρέψουν να διεξαχθεί απρόσκοπτα αυτή η συζήτηση. Μη ανοίξετε ποτέ κουβέντα για το θέμα μπροστά σε τρίτους, εκτός εάν το ενδιαφερόμενο άτομο επιθυμεί ρητά την παρουσία άλλου προσώπου δίπλα του. (Σε αυτήν την περίπτωση, θα πρέπει πάντοτε να είναι επιλογή του ενδιαφερόμενου ατόμου και όχι του τρίτου προσώπου). Η συζήτηση με το άτομο το οποίο ενδέχεται να έχει υποστεί κακοποίηση θα πρέπει να γίνεται με μεγάλη προσοχή και να αποφεύγονται οι καθοδηγητικές ερωτήσεις. Σε ορισμένες χώρες, οτιδήποτε διαφορετικό μπορεί να επηρεάσει την αποδεικτική διαδικασία, σε περίπτωση που χρειαστεί να εμπλακούν αστυνομικές και δικαστικές αρχές.
- » Μη συζητήσετε το θέμα με το άτομο ή τα άτομα που υποψιάζεστε ως δράστες της κακοποίησης. Αν όντως υφίσταται κακοποίηση και εσείς ενημερώσετε τον δράστη για τις υποψίες σας, είναι πιθανό να θέσετε σε ακόμη μεγαλύτερο κίνδυνο το κακοποιημένο άτομο. Επιπλέον, κάτι τέτοιο θα μπορούσε να αλλοιώσει τα στοιχεία μιας επίσημης έρευνας.
- » Αφού υποβάλλετε αναφορά για την καταγγελία ή την υποψία περί κακοποίησης, φροντίστε να ενημερωθείτε για τα μέτρα που θα ληφθούν στη συνέχεια. Αν διεξάγεται έρευνα, ενδεχομένως να μην επιτρέπεται να μάθετε όλες τις λεπτομέρειες των επιμέρους αποφάσεων, όμως έχετε δικαίωμα να γνωρίζετε το τελικό πόρισμα.

► Πώς μπορώ να βοηθήσω τα άτομα που υποστηρίζω να διαφυλάξουν την ασφάλειά τους;

Ένας από τους ιδανικότερους τρόπους προστασίας έναντι της σεξουαλικής κακοποίησης είναι να προσφέρουμε στα υποστηριζόμενα άτομα τις γνώσεις και τα εργαλεία κατανόησης που θα συμβάλουν στην ασφάλειά τους. Κάτι τέτοιο θα πρέπει πάντα να αποτελεί μέρος μιας ευρύτερης δέσμης προστατευτικών μέτρων. Δεν είναι ποτέ σκόπιμο να εναποθέτουμε εξολοκλήρου την ευθύνη της ασφάλειας στο ίδιο το υποστηριζόμενο άτομο. Το πρόγραμμα SMARTS συμβάλλει στην ασφάλεια των υποστηριζόμενων ατόμων έναντι της σεξουαλικής κακοποίησης, όντας σχεδιασμένο με στόχο αφενός να παρέχει πληροφορίες για το σεξ και τη σεξουαλικότητα και αφετέρου να ενδυναμώνει τα άτομα ώστε να ξέρουν τι τους αρέσει και τι θέλουν, αλλά και να αισθάνονται την αυτοπεποίθηση να μιλήσουν για θέματα για τα οποία προηγουμένως ίσως θα ντρέπονταν ή θα φοβούνταν. Το πρόγραμμα προσφέρει στα υποστηριζόμενα άτομα τα μέσα για να εκφράσουν τις ανησυχίες και τους προβληματισμούς τους, καθώς επίσης και για να κάνουν συνειδητές επιλογές.

Παραθέτουμε ορισμένους τρόπους με τους οποίους μπορείτε να βοηθήσετε τα υποστηριζόμενα άτομα να διαφυλάξουν την ασφάλειά τους:

Βεβαιωθείτε ότι γνωρίζουν:

- » ότι έχουν δικαίωμα να πουν «ΟΧΙ» σε οτιδήποτε δεν τους αρέσει ή δεν επιθυμούν·
- » σε ποιον και πώς να μιλήσουν αν αισθανθούν δυσάρεστα εξαιτίας κάποιας σεξουαλικής προσέγγισης/επαφής, καθώς και τι θα συμβεί στη συνέχεια·
- » πού και πώς μπορούν να αποκτήσουν πρόσβαση σε υλικό σχεδιασμένο για ΑμεΑ (κείμενα για όλους).



ΥΛΑ στον τομέα της σεξουαλικότητας - κατευθύνσεις απευθυνόμενες σε οικογενειακούς φροντιστές

► Αυτές οι κατευθύνσεις αφορούν οικογένειες/οικογενειακούς φροντιστές

Αυτές οι κατευθύνσεις απευθύνονται στα μέλη της οικογένειας που υποστηρίζουν ΑμεΑ.

Αναπτύχθηκαν για να υποστηρίξουν τους οικογενειακούς φροντιστές, ώστε να παρέχουν ουσιαστική και κατάλληλη εφαρμογή της ΥΛΑ στον τομέα της σεξουαλικότητας. Επιπλέον, σε αυτή η ενότητα θα συζητηθούν μερικές από τις πιο συνηθισμένες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι οικογενειακοί φροντιστές, και θα δοθεί καθοδήγηση σχετικά με το πώς μπορούν να διαχειριστούν τις προκλήσεις αυτές μέσα στο πλαίσιο της ΥΛΑ.

Ως οικογενειακοί φροντιστές, πιθανόν ελπίζετε ότι το παιδί σας θα απευθυνθεί σε εσάς, όταν θα έχει προβληματισμούς για κάποιο σεξουαλικό ζήτημα. Ακόμα, πιθανόν ελπίζετε πως, όταν σας εμπιστευτεί, θα είστε σε θέση να το καθοδηγήσετε προς την απόφαση που θεωρείτε καλύτερη, ακόμη και να το προστατέψετε από κακές επιλογές – στο κάτω κάτω, αυτός δεν είναι ο ρόλος της οικογένειας;

Ως οικογενειακοί φροντιστές, η τάση σας να προστατεύσετε και να καθοδηγήσετε το υποστηριζόμενο άτομο προς την προσωπική σας αντίληψη για την ευτυχία είναι κατανοητή. Ωστόσο, η ΥΛΑ προτείνει μια κάπως διαφορετική οπτική: στο πλαίσιο της ΥΛΑ, θα ήταν καλό να έχετε κατά νου ότι ο ρόλος σας είναι να αφήσετε αυτή την επιθυμία για προστασία και καθοδήγηση στην άκρη, ώστε να βοηθήσετε το υποστηριζόμενο άτομο να λάβει τις δικές του αποφάσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητά του.

Σε αυτό το σημείο, είναι πολύ φυσικό να αναρωτιέστε: "Πώς μπορώ να το κάνω αυτό"

Είναι αλήθεια πως η ΥΛΑ σας ζητά να αφήσετε στην άκρη ορισμένες συμπεριφορές οι οποίες αποτελούν δεύτερη φύση για τα μέλη των οικογενειών.. Ωστόσο, για όλες αυτές τις συμπεριφορές που αφήνετε στην άκρη, υπάρχουν άλλες δεξιότητες που μπορείτε να μάθετε και να αξιοποιήσετε. Ο σκοπός αυτού του κεφαλαίου είναι να σας παρουσιάσει μερικές χρήσιμες δεξιότητες που χρειάζονται οι οικογενειακοί φροντιστές, καθώς και να θίξει μερικές από τις συνηθισμένες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι οικογενειακοί φροντιστές κατά την εφαρμογή της ΥΛΑ.

► Μαθαίνοντας να ακούμε πραγματικά

Μια βασική νέα δεξιότητα για την εφαρμογή της ΥΛΑ είναι να το μάθουμε πώς να ακούμε. Το να ακούει κάποιος προσεκτικά την προσωπική εμπειρία του υποστηριζόμενου ατόμου είναι μια διαδικασία που ονομάζεται αν στοχαστική ακρόαση. Κατά τη διαδικασία της αναστοχαστικής ακρόασης, προσπαθούμε να κατανοήσουμε την οπτική του υποστηριζόμενου ατόμου. Για γενικές πληροφορίες σχετικά με αυτή τη δεξιότητα, μπορείτε να ανατρέξετε στην Ενότητα 3.

Ως οικογενειακοί φροντιστές, στόχο σας θα μπορούσε να αποτελεί το να ακούτε με ανοιχτότητα, χωρίς επίκριση, προσπαθώντας παράλληλα να αναγνωρίσετε και να αποδεχτείτε την προσωπική επιλογή του παιδιού σας.

Αναστοχαστική ακρόαση: τι ισχύει και τι όχι:

Πάρτε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε τι θα κάνατε σε περίπτωση που το παιδί σας επιθυμούσε να συζητήσει μαζί σας ένα πρόβλημα ή μία ανησυχία σχετικά με ένα σεξουαλικό ζήτημα. Ίσως θα προσφέρατε λύσεις και συμβουλές; Ίσως θα προσπαθούσατε να το καθησυχάσετε; Ίσως θα προσπαθούσατε να το κατευθύνετε σε αυτό που πιστεύετε ότι είναι καλύτερο;

Αυτές οι απαντήσεις, αν και κοινές για όλους μας, δεν μας βοηθούν να ακούσουμε αναστοχαστικά. Αν θέλετε να μάθετε τί είναι αναστοχαστική ακρόαση και τι όχι, ρίξτε μια ματιά στον παρακάτω πίνακα:

Τί δεν είναι αναστοχαστική ακρόαση:

▪ Εντολές και προειδοποιήσεις

Παράδειγμα: «Δεν θα έχεις ποτέ μια κανονική σχέση αν πληρώνεις για σεξ»

Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορεί να έχετε την τάση να «ξέρετε τι είναι καλύτερο» για τον γιο/την κόρη σας. Ωστόσο, η ΥΛΑ προτείνει πως το υποστηριζόμενο άτομο μπορεί να κάνει τις επιλογές του, ακόμα κι αν αυτές οι επιλογές δεν είναι αυτές που εσείς θα προτιμούσατε.

▪ Ηθικολογίες / Υποδείξεις και παροχή λύσεων

Παράδειγμα: «Είναι καλύτερο να περιμένεις 'τον έρωτα της ζωής σου' για να κάνεις σεξ. Στη ζωή πρέπει να είσαι υπομονετικός».

Είναι πολύ κατανοητό ότι οι συμβουλές έρχονται φυσικά στους οικογενειακούς φροντιστές. Πηγάζουν άλλωστε από το προσωπικό σας σύστημα αξιών, από αυτό που εσείς αντιλαμβάνεστε ως σωστό ή λάθος. Στο πλαίσιο της ΥΛΑ μπορείτε φυσικά να διατηρείτε τις προσωπικές σας απόψεις και στάσεις, αρκεί να σέβετε τις διαφορετικές απόψεις και στάσεις που μπορεί να πρεσβεύει το υποστηριζόμενο άτομο.

▪ Κριτική

Παράδειγμα: «Δεν είσαι ακόμα αρκετά ώριμος/η για να κάνεις σεξουαλική σχέση. Πρέπει να περιμένεις μέχρι να μεγαλώσεις κι άλλο».

Το να δεχτεί κανείς μια διαφορετική οπτική δεν είναι πάντα εύκολη υπόθεση, ειδικά όταν η διάθεσή σας είναι να προστατεύσετε την ευημερία του παιδιού σας. Ωστόσο, ο στόχος σας κατά την διαδικασία της ΥΛΑ είναι να αποδεχτείτε την επιλογή του υποστηριζόμενου ατόμου χωρίς επίκριση, ακόμα κι αν είναι διαφορετική από αυτή που εσείς θα επιθυμούσατε.

Τί παρατηρείτε σε αυτόν τον πίνακα; Αισθάνεστε ότι το παιδί σας θα ήταν ελεύθερο να πάρει τις αποφάσεις του;

Τι είναι η αναστοχαστική ακρόαση:

Όπως ίσως παρατηρήσατε, οι στρατηγικές στον παραπάνω πίνακα δεν είναι πραγματικά ένας τρόπος κατανόησης της οπτικής του υποστηριζόμενου ατόμου, αλλά περισσότερο ένας τρόπος επιβολής μιας προσωπικής σας άποψης, στάσης ή γνώμης.

Αυτή είναι η κυριότερη διαφορά και το βασικό στοιχείο της αναστοχαστικής ακρόασης: στόχος της δεν είναι η παροχή των προσωπικών σας κρίσεων, επιχειρημάτων ή απόψεων, αλλά η κατανόηση και η αποσαφήνιση της οπτικής και των αναγκών του υποστηριζόμενου ατόμου, ώστε να μπορεί να λάβει τις δικές του αποφάσεις.

Αυτό ακριβώς είναι η βάση της αναστοχαστικής ακρόασης, αλλά και η ουσία της ΥΛΑ. Στην ΥΛΑ, ο ρόλος σας δεν είναι να καθοδηγήσετε το παιδί σας προς αυτό που εσείς πιστεύετε ότι είναι καλύτερο, αλλά να το υποστηρίξετε ώστε να ανακαλύψει τις ανάγκες και τις επιλογές του.

Αυτό μπορεί να είναι δύσκολο για εσάς ως φροντιστή.

Μερικές φράσεις που ίσως σας βοηθήσουν στα πρώτα σας βήματα με την αναστοχαστική ακρόαση θα μπορούσαν να είναι:

- «Πες μου περισσότερα για...»
- «Τι πιστεύεις για...»
- «Πώς νιώθεις για...»
- «Αυτό που σε ακούω να λες είναι ότι...»
- «Αυτό που καταλαβαίνω από εσένα είναι ότι...»
- «Ακούγεσαι...»
- «Τι νομίζετε ότι θα μπορούσε να κάνεις για...»
- «Τι πιστεύεις ότι θα μπορούσε να σε βοηθήσει;»
- «Τι μπορώ να κάνω για να σε βοηθήσω;»

Την επόμενη φορά που το παιδί σας θα σας μιλήσει για ένα σεξουαλικό θέμα, θα μπορούσατε να δοκιμάσετε αυτόν τον νέο τρόπο ανταπόκρισης και να δείτε πώς λειτουργεί για εσάς.

Αναστοχαστική πρακτική: Ακούγοντας τον εαυτό μας

Ένα κομμάτι της αναστοχαστικής ακρόασης έχει να κάνει με το να κατανοήσουμε το άτομο που έχουμε απέναντί μας. Ένα άλλο κομμάτι της όμως, έχει να κάνει με το να κατανοήσουμε καλύτερα τον εαυτό μας. Η διαδικασία αυτή ονομάζεται «αναστοχαστική πρακτική». Η αναστοχαστική πρακτική είναι ένα είδος προσωπικού «αναστοχασμού», όπου αφιερώνουμε λίγο χρόνο για να κάνουμε κάποιες ερωτήσεις στον ίδιο τον εαυτό μας. Η αναστοχαστική πρακτική είναι πολύ σημαντική στην ΥΛΑ, ώστε να διασφαλίσουμε ότι υποστηρίζουμε και ακούμε, χωρίς να επιβάλλουμε τις προσωπικές μας απόψεις. Μέσα σε αυτό το κεφάλαιο, θα βρείτε ερωτήσεις που μπορείτε να κάνετε στον εαυτό σας. Αυτή η «αναστοχαστική εκπαίδευση» θα μπορούσε να είναι ο οδηγός σας για αναστοχασμό κατά την εφαρμογή της ΥΛΑ.

► **Τί συμβαίνει με τις δικές μου απόψεις, πεποιθήσεις και αξίες;**

Ως οικογενειακός φροντιστής, κουβαλάτε, όπως είναι φυσικό, τον δικό σας ηθικό κώδικα και τις προσωπικές σας απόψεις και πεποιθήσεις γύρω από τη σεξουαλικότητα. Ωστόσο, όπως έχουμε ήδη συζητήσει, η ΥΛΑ σας ζητά να απομακρυνθείτε από την εστίαση στις προσωπικές σας πεποιθήσεις και να επικεντρωθείτε περισσότερο στην οπτική του υποστηριζόμενου ατόμου. Αυτό απαιτεί μία «ανοιχτότητα» στην εμπειρία του άλλου ατόμου, και μία προθυμία να δει κανείς τα πράγματα από τη δική του οπτική γωνία. Μερικές φορές, αυτό σημαίνει ότι ίσως χρειαστεί να επανεξετάσετε τις δικές σας πεποιθήσεις και να κάνετε στον εαυτό σας μερικές ερωτήσεις:

- » «Ποιες είναι οι προσωπικές μου πεποιθήσεις και απόψεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα;»
- » «Μου επιτρέπουν αυτές οι πεποιθήσεις να ακούσω αναστοχαστικά την οπτική του υποστηριζόμενου ατόμου;»
- » «Θέλω πραγματικά να κατανοήσω την άποψη του παιδιού μου ή απλά να του παραθέσω τις προσωπικές μου πεποιθήσεις;»

Για γενικές πληροφορίες σχετικά με τις στάσεις, τις πεποιθήσεις και τις αξίες, μπορείτε να ανατρέξετε στην Ενότητα 3. Δεν είναι όλες οι πεποιθήσεις ευέλικτες. Είναι σημαντικό οι οικογενειακοί φροντιστές να αναγνωρίζουν τότε οι προσωπικές τους απόψεις παρεμποδίζουν τη δυνατότητά τους για αναστοχαστική ακρόαση. Όταν συμβαίνει αυτό, μιλάμε για μία μεγάλη απόκλιση ανάμεσα στην οπτική των οικογενειακών φροντιστών και του υποστηριζόμενου ατόμου, δηλαδή για μια **σύγκρουση αξιών**.

Σχετικά με τις αξίες:

Τι έρχεται στο μυαλό σας όταν σκέφτεστε τις «προσωπικές σας αξίες»;

Οι προσωπικές μας αξίες είναι ένα σύνολο πεποιθήσεων και αρχών που καθοδηγούν τις αποφάσεις μας και τις επιλογές μας. Είναι όλα αυτά που θεωρεί κανείς «καλά» και «σωστά». Με άλλα λόγια, οι αξίες είναι οι προσωπικοί μας κανόνες που καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό τον τρόπο που συμπεριφερόμαστε, τον τρόπο που αλληλεπιδρούμε με τους άλλους και τις προσωπικές μας επιλογές σχετικά με τον τρόπο ζωής μας. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο οι περισσότεροι άνθρωποι νιώθουν έντονα συναισθήματα όταν οι αξίες τους αμφισβητούνται ή όταν κάποιος αντιτίθεται σε αυτές. Οι γονείς και οι οικογενειακοί φροντιστές αποτελούν την πρώτη πηγή αξιών για ένα μικρό παιδί. Είναι αλήθεια ότι οι οικογενειακοί φροντιστές επιθυμούν τα νεότερα μέλη της οικογένειας να υιοθετήσουν ένα παρόμοιο σύνολο αξιών με το δικό τους, και η επιθυμία τους αυτή συχνά εκπληρώνεται μέχρι μια ορισμένη ηλικία. Ωστόσο, καθώς τα παιδιά μπαίνουν στην εφηβεία ή τη νεαρή ενηλικίωση και σταδιακά αποκτούν ανεξαρτησία, αρχίζουν να ξεφεύγουν από αυτό το παραδεδомένο σύνολο αξιών, διαμορφώνοντας σταδιακά το δικό τους. Αυτό το νέο σύνολο αξιών περιλαμβάνει μία γκάμα από «απλά» ζητήματα, όπως ο τρόπος ντυσίματος και διασκέδασης, έως πιο «σοβαρά», όπως οι θρησκευτικές πεποιθήσεις και, φυσικά, οι πεποιθήσεις γύρω από τη σεξουαλικότητα.

Υπάρχουν αρκετοί τομείς για τους οποίους ο καθένας από εμάς αναπτύσσει και ακολουθεί αξίες κατά τη διάρκεια της ζωής του. Μερικά παραδείγματα είναι τα ακόλουθα:

Γενικές αξίες	Επαγγελματικές αξίες	Κοινωνικές και πολιτικές αξίες
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ειλικρίνεια και αξιοπιστία ▪ Το να προσθέτει κανείς αξία στον κόσμο ▪ Ανάληψη προσωπικής ευθύνης ▪ Το να δείχνει κάποιος συμπόνια σε όσους το έχουν ανάγκη ▪ Το να σχετίζεσαι με τους άλλους με σεβασμό και χωρίς βία ▪ Το να κάνεις πάντα το καλύτερο που μπορείς 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ομαδικό πνεύμα ▪ Το να θεωρεί κανείς την εκπαίδευση βασική προτεραιότητα ▪ Το να έχει κανείς στο νου του τον ρόλο που παίζει το επάγγελμά του στην κοινωνία ▪ Το να φέρεται κανείς στους συναδέλφους, τους συνεκπαιδευόμενούς του, τους εξυπηρετούμενους και τα πρόσωπα εξουσίας με τον τρόπο που θα ήθελε να του φέρονται ▪ Το να ακολουθεί κανείς τον νόμο και να σέβεται αυτούς που τον εφαρμόζουν 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Το να αντιμετωπίζει κανείς τους άλλους ως ίσους, ανεξαρτήτως εθνικότητας, φυλής, θρησκείας, ή σεξουαλικού προσανατολισμού. ▪ Το να σχετίζεται κανείς με τους άλλους με ειλικρίνεια και σεβασμό ▪ Το να συμμετέχει κανείς σε εθελοντική κοινοτική και ομαδική εργασία ▪ Το να φέρεται κανείς στους άλλους όπως θα ήθελε να φέρονται στον ίδιο

Με τον ίδιο τρόπο, κάθε γονέας έχει διαμορφώσει τις αξίες του ως προς τα σεξουαλικά θέματα. Σταδιακά, μέσα σε κάθε οικογένεια, αναπτύσσονται οι οικογενειακές αξίες για όλους τους παραπάνω τομείς.

Αξίες και σεξουαλικότητα:

Οι αξίες γύρω από την σεξουαλικότητα και οι αποφάσεις που πρέπει να λάβουν οι οικογενειακοί φροντιστές για το **πότε** ή (ακόμα και) **εάν** πρέπει να τις συζητήσουν, αλλά και - το πιο σημαντικό- για το **πώς** να μιλήσουν για τέτοιου είδους θέματα στους γιους και τις κόρες τους, είναι ένα ευαίσθητο και αμφιλεγόμενο ζήτημα. Αυτό ισχύει ακόμη περισσότερο όταν ο γιος/η κόρη τους τυχάνει να είναι ΑμεΑ.

Το πρώτο βήμα για να αποφασίσετε εάν και πώς θα θέλατε να προσεγγίσετε το παιδί σας για να μιλήσετε για τη σεξουαλικότητα, θα ήταν να διερευνήσετε τις δικές σας αξίες. Αφιερώστε μερικά λεπτά για να αναλογιστείτε ποιες είναι οι βασικές προσωπικές και οικογενειακές σας αξίες σχετικά με τη σεξουαλικότητα.

Ερωτήσεις όπως:

- » Σε ποια ηλικία πιστεύω ότι ένας νέος είναι έτοιμος να βιώσει την πρώτη του σεξουαλική επαφή;
- » Θα έπρεπε ένα άτομο να περιμένει να παντρευτεί πριν κάνει σεξ;
- » Πιστεύω ότι ο σεξουαλικός προσανατολισμός είναι μια προσωπική επιλογή για κάθε άτομο.

μπορούν να σας καθοδηγήσουν να εξερευνήσετε και να καθορίσετε το προσωπικό και οικογενειακό σας σύστημα αξιών γύρω από τη σεξουαλικότητα.

Παράγοντες που επηρεάζουν σημαντικά τις αξίες μας σχετικά με τη σεξουαλικότητα είναι:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Το φύλο▪ Η ηλικία▪ Ο σεξουαλικός προσανατολισμός▪ Η οικογενειακή κατάσταση | <ul style="list-style-type: none">▪ Η κοινωνική και επαγγελματική κατάσταση▪ Η οικογενειακή παράδοση▪ Η κουλτούρα▪ Η ιστορική περίοδος |
|---|---|

Έτσι, το προσωπικό σύστημα αξιών σας γύρω από την σεξουαλικότητα βασίζεται στις προσωπικές σας πεποιθήσεις, τις προσωπικές σας στάσεις, και τα συναισθήματά σας σχετικά με το σεξ και τη σεξουαλικότητα.

Προσωπικές αξίες και ΥΛΑ: φόβοι και δυσκολίες των οικογενειακών φροντιστών

Ανεξάρτητα από το πόσο φιλελεύθερες είναι οι προσωπικές αξίες σας σε θέματα σεξουαλικότητας, στην περίπτωση των ΑμεΑ οι αποφάσεις μπορεί να αποδειχθούν πιο περίπλοκες. Ανησυχίες και φόβοι σχετικά με την ψυχολογική ευεξία και τη σωματική ακεραιότητα του παιδιού σας, παρεμβαίνουν αναπόφευκτα στο κατά πόσο θεωρείτε ότι είναι σε θέση να αποφασίσει για τις σεξουαλικές του ανάγκες και επιθυμίες.

Μερικές από τις ανησυχίες σας θα μπορούσαν να είναι οι ακόλουθες...

- Και αν το παιδί μου κακοποιηθεί, πληγωθεί, απορριφθεί...;
- Αν θελήσει να παντρευτεί, θα μπορέσει να ανταπεξέλθει στις ευθύνες που απαιτεί μια οικογένεια; Είναι έτοιμος/η να γίνει γονιός;
- Αν αποκτήσει παιδιά, θα έχουν και αυτά αναπηρία; Αν ναι, ποιος θα τα φροντίζει;
- Νιώθω απροετοίμαστος να δώσω υπεύθυνες πληροφορίες για την αγάπη, τις σχέσεις, και το σεξ στο παιδί μου. Δεν ξέρω πώς να μεταφέρω τις πληροφορίες με απλό και κατανοητό τρόπο.
- Φοβάμαι ότι αυτό θα τον/την οδηγήσει σε παρανοήσεις, θα μπερδευτεί και δεν θα ξέρω πώς να τον/την βοηθήσω.
- Κι αν ερωτηστεί μια πόρνη;
- Δεν είμαι σίγουρος εάν το παιδί μου μπορεί να κάνει ασφαλείς επιλογές σχετικά με τους ερωτικούς συντρόφους, να διαχειριστεί τις σεξουαλικές ορμές ή επιθυμίες και να λάβει τις κατάλληλες αποφάσεις σχετικά με την αντισύλληψη.
- Το παιδί μου δεν μπορεί να κάνει τη διάκριση μεταξύ ιδιωτικής και δημόσιας συμπεριφοράς.
- Το παιδί μου δεν αντιλαμβάνεται την ανάγκη των άλλων για προσωπικό χώρο. Η συνήθειά του να χαιρετά τους ανθρώπους αγγίζοντας το χέρι τους, μπορεί να παρεξηγηθεί ως σεξουαλική παρενόχληση.

Τέτοιου είδους ανησυχίες είναι πολύ συνηθισμένες μεταξύ των οικογενειακών φροντιστών. Οι αρχικές σας αξίες σχετικά με τη σεξουαλικότητα του παιδιού σας «φιλτράρονται» μέσα από:

- a. Τους φόβους και τις ανησυχίες σας για αυτό.

- b. Τους «δημοφιλείς» μύθους που χτίστηκαν γύρω από τη σεξουαλικότητα των ΑμεΑ (μπορείτε να διαβάσετε περισσότερα σχετικά με αυτούς στην Ενότητα 3).
- c. Τους ενδιασμούς σας για το πώς να ξεκινήσετε συζητήσεις με το παιδί σας για τόσο ευαίσθητα, προσωπικά θέματα.

Οι προσωπικές σας αξίες διαμορφώνουν την στάση σας στο εδώ και τώρα σχετικά με τα δικαιώματα των ΑμεΑ για ίσες επιλογές και ευκαιρίες στην σεξουαλική και συναισθηματική ολοκλήρωση.

► **Σχετικά με τις στάσεις (μπορείτε να διαβάσετε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις στάσεις ανατρέχοντας στην Ενότητα 3)**

Φέρτε στο μυαλό σας ένα άτομο, μια κατάσταση ή μία ιδέα που σας ελκύει ή σας απωθεί έντονα (με άλλα λόγια, για την οποία έχετε ήδη διαμορφώσει **στάσεις**). Πιθανώς υπάρχουν πολλές σκέψεις που περνούν από το μυαλό σας. Επίσης, μπορεί να σας προκαλεί ορισμένα συναισθήματα. Τέλος, μπορεί να θέλετε να κάνετε κάτι για αυτό. Αυτά είναι τα τρία συστατικά των στάσεων: μας κάνουν να σκεφτόμαστε, να αισθανόμαστε και να δρούμε. Με αυτόν τον τρόπο, οι στάσεις μας γίνονται ορατές μέσω της συμπεριφοράς μας.

Για να γίνουν τα πράγματα πιο ξεκάθαρα, ρίξτε μια ματιά στην παρακάτω εικόνα...



Η συμπεριφορά μας είναι απλά η «κορυφή του παγόβουνου». Οι σκέψεις, τα συναισθήματα, οι στάσεις και οι αξίες μας βρίσκονται πολύ βαθύτερα, διαμορφώνοντας τη βάση της συμπεριφοράς μας.

Τι συμβαίνει με τις στάσεις μου:

Ως οικογενειακός φροντιστής, ίσως να έχετε διαμορφώσει τις στάσεις σας γύρω από τα σημαντικά θέματα που περιλαμβάνει η φροντίδα του υποστηριζόμενου ατόμου. Η σεξουαλικότητα του υποστηριζόμενου ατόμου είναι πιθανότατα ένα από αυτά - η ίδια η σεξουαλικότητα είναι ένα θέμα που εγείρει έντονες στάσεις στους περισσότερους ανθρώπους. Η σεξουαλικότητα δεν είναι ένα εύκολο θέμα για τους οικογενειακούς φροντιστές.

Μερικές συνηθισμένες στάσεις των οικογενειακών φροντιστών σχετικά με τη σεξουαλικότητα του υποστηριζόμενου ατόμου φαίνεται να είναι οι εξής:

Στάση	Πρόκληση για τους οικογενειακούς φροντιστές	Σκέψεις
<p>«Το να μιλήσω για σεξουαλικά θέματα μου φαίνεται δύσκολο...»</p> <p>Μπορεί να διστάζετε να μιλήσετε για τη σεξουαλικότητα με το παιδί σας.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Φοβάστε μήπως «ξυπνήσετε» σεξουαλικές επιθυμίες που διαφορετικά θα έμεναν «ανενεργές». ▪ Πιστεύετε ότι η σεξουαλικότητα δεν ενδιαφέρει το υποστηριζόμενο άτομο, λόγω ανωριμότητας ή περιορισμένου κοινωνικού κύκλου. ▪ Αντιμετωπίζετε δυσκολίες στην επικοινωνία σας με το υποστηριζόμενο άτομο - δεν είστε σίγουροι ότι μπορείτε να εξηγήσετε τα σεξουαλικά θέματα με κατανοητό τρόπο. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Οι πληροφορίες μπορεί να προκαλέσουν περιέργεια για τη σεξουαλικότητα. Καλύτερα να μην συζητάμε για τέτοια πράγματα» ▪ «Δεν ενδιαφέρεται για τέτοια πράγματα... Είναι ακόμα ανώριμος/η...» ▪ «Δεν ξέρω πώς να μιλήσω για να καταλάβει...»
<p>«Η αυτοπροστασία είναι το μόνο πράγμα για το οποίο πρέπει να μιλήσω...»</p> <p>Μπορεί να πιστεύετε ότι οι συζητήσεις για τη σεξουαλικότητα θα πρέπει να περιστρέφονται μόνο γύρω από την προσωπική ασφάλεια. Η σεξουαλική ασφάλεια είναι όντως ένα πολύ σημαντικό θέμα... όχι όμως το μοναδικό!</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Φοβάστε ότι το υποστηριζόμενο άτομο μπορεί να πέσει θύμα σεξουαλικής εκμετάλλευσης ή κακοποίησης. ▪ Νιώθετε την ανάγκη να προστατέψετε το υποστηριζόμενο άτομο. Κάποιες φορές η υπερπροστασία σας φαίνεται καλύτερη από την πιθανότητα να συμβεί κάτι κακό. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Μπορεί εύκολα να πέσει θύμα κακοποίησης ή κακομεταχείρισης» ▪ «Είναι ευάλωτος και δεν μπορεί να προστατεύσει τον εαυτό του» ▪ «Ίσως είναι καλύτερα να μην βγαίνει μόνος του. Είναι πιο ασφαλής στο σπίτι»
<p>«Δεν ξέρω πώς να το κάνω»...</p> <p>Μπορεί να έχετε ερωτήσεις σχετικά με το πώς να προσεγγίσετε τα σεξουαλικά ζητήματα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Μπορεί να αισθάνεστε απροετοίμαστοι και να μην νιώθετε έτοιμοι να μιλήσετε για σεξουαλικά θέματα. ▪ Μπορεί να χρειάζεστε καθοδήγηση και υποστήριξη από επαγγελματίες. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Από πού να ξεκινήσω? Για ποιο θέμα να μιλήσω;» ▪ «Κι αν πω κάτι λάθος;»

<p>«Ανησυχώ για το μέλλον...»</p> <p>Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορεί να ανησυχείτε για το μέλλον του υποστηριζόμενου ατόμου, καθώς ανακαλύπτει τη σεξουαλικότητά του.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Μπορεί να φοβάστε τις αρνητικές συνέπειες των σεξουαλικών επαφών (π.χ. μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη) ▪ Μπορεί να έχετε ανησυχίες σχετικά με την ικανότητα του υποστηριζόμενου ατόμου να αναθρέψει παιδιά και να φροντίσει μια οικογένεια. ▪ Μπορεί να ανησυχείτε για την πιθανότητα μιας γενετικά μεταδιδόμενη αναπηρίας. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Δεν θα μπορέσει να φροντίσει ένα παιδί» ▪ «Δεν θα τα καταφέρει με τα οικογενειακά καθήκοντα» ▪ «Τι θα γίνει αν το παιδί του καταλήξει και αυτό με αναπηρία;»
<p>«Υπάρχει μόνο μία πιθανή σεξουαλική ταυτότητα (ετεροφυλοφιλία) για το υποστηριζόμενο άτομο».</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Μπορεί να πιστεύετε ότι η ομοφυλοφιλία ή η αμφιφυλοφιλία δεν είναι επιλογή για τα ΑμεΑ. ▪ Μπορεί να πιστεύετε ότι η ομοφυλοφιλία και η αμφιφυλοφιλία είναι απλώς «προβληματικές συμπεριφορές», όχι επιλογή. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Το παιδί μου δεν μπορεί να είναι ομοφυλόφιλο. Απλώς έχει μπερδευτεί». ▪ «Είναι μπερδεμένος. Πρέπει να εξηγήσω με ποια άτομα μπορεί να βγει ραντεβού».

Αφού δείτε τον παραπάνω πίνακα, αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε:

- Βρήκατε κάποια από τις δικές σας στάσεις και σκέψεις;
- Αναλογιστείτε για λίγο και προσπαθήστε να εντοπίσετε αυτό που πιστεύετε ότι είναι σωστό για το υποστηριζόμενο άτομο σχετικά με σεξουαλικά θέματα: ποιες σκέψεις και συναισθήματα μπορείτε να αναγνωρίσετε; Ποιες ενέργειες κάνετε ή πιστεύετε ότι είναι σωστό να κάνετε;

Μπορούν οι στάσεις μου να επηρεάσουν την ΥΛΑ;

Όπως έχουμε ήδη συζητήσει, οι στάσεις μας αντικατοπτρίζονται στη συμπεριφορά μας. Αυτό σημαίνει ότι οι στάσεις σας σχετικά με τη σεξουαλικότητα του υποστηριζόμενου ατόμου μπορεί - ακόμα και όταν έχετε τις καλύτερες προθέσεις - να γίνουν εμπόδιο στη διαδικασία της ΥΛΑ και στο να επιτρέψετε στο υποστηριζόμενο άτομο να αποφασίσει για τον εαυτό του:

- Οι στάσεις που οδηγούν στην πεποίθηση ότι το υποστηριζόμενο άτομο δεν θα πάρει τις «σωστές» αποφάσεις και δεν θα κάνει ασφαλείς επιλογές μπορεί να σας οδηγήσουν να ενεργήσετε υπερπροστατευτικά (για παράδειγμα, επιβάλλοντας τον τρόπο αντισύλληψης που εσείς προτιμάτε). Αυτό περιορίζει τις ευκαιρίες για ΥΛΑ, καθώς καθοδηγείτε το παιδί σας προς την δική σας απόφαση για αυτό.
- Οι στάσεις που οδηγούν στην πεποίθηση ότι οι συζητήσεις γύρω από τη σεξουαλικότητα είναι «πολύ δύσκολες» και επομένως είναι καλύτερα να αποφεύγονται, μπορεί να

οδηγήσουν σε περιορισμένη ή λανθασμένη γνώση του υποστηριζόμενου ατόμου σχετικά με το σεξ, την αντισύλληψη κ.λπ. Αντιθέτως, η παροχή ολοκληρωμένων πληροφοριών αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της ΥΛΑ, και έναν από τους κεντρικούς σας ρόλους ως οικογενειακών φροντιστών.

- Οι στάσεις σας ως οικογενειακού φροντιστή γίνονται αντιληπτές, λεκτικά ή μη λεκτικά, από το υποστηριζόμενο άτομο. Εάν θεωρείτε ότι η σεξουαλικότητα είναι κάτι ανήθικο ή ακατάλληλο, υπάρχει μεγάλη πιθανότητα το υποστηριζόμενο άτομο να αντιμετωπίζει τη σεξουαλικότητα ως κάτι ντροπιαστικό ή απαγορευμένο που «δεν πρέπει να συζητηθεί». Με αυτόν τον τρόπο, η πόρτα της επικοινωνίας για τη σεξουαλικότητα κλείνει, όπως και η ευκαιρία για ΥΛΑ.

Υπάρχει κάποιος άλλος τρόπος να δούμε τα πράγματα; Εναλλακτικές στάσεις:

Οι στάσεις μας δεν αλλάζουν από τη μια μέρα στην άλλη. Είναι, τις περισσότερες φορές, κάτι που κουβαλάμε για πολλά χρόνια της ζωής μας, και αυτό τις κάνει να ανθεκτικές στην αλλαγή. Ωστόσο, μπορούμε πάντα να έχουμε ανοιχτό μυαλό, να αναστοχαζόμαστε για τον εαυτό μας και τις στάσεις μας, και να επιτρέπουμε στον εαυτό μας να εξερευνήσει διαφορετικές οπτικές. Στον παρακάτω πίνακα, μπορείτε να βρείτε μερικές εναλλακτικές στάσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα του παιδιού σας με τις οποίες μπορείτε να πειραματιστείτε ως φροντιστής. Ρίξτε μια ματιά:

Εναλλακτική στάση	Εναλλακτική θέση	Εναλλακτικές σκέψεις
<p>Η σεξουαλικότητα είναι κάτι φυσιολογικό για όλους.</p> <p>Το υποστηριζόμενο άτομο είναι ο γιός ή η κόρη σας, αλλά παράλληλα είναι και ενήλικας, με ανάγκες ενηλίκου.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Αναγνωρίζετε ότι το υποστηριζόμενο άτομο είναι ενήλικας. • Αναγνωρίζετε ότι το υποστηριζόμενο άτομο έχει σεξουαλικές ανάγκες και σεξουαλικά δικαιώματα. 	<ul style="list-style-type: none"> • «Το παιδί μου είναι ενήλικας. Είναι φυσιολογικό να θέλει να εξερευνήσει τη σεξουαλικότητά του.» • «Το παιδί μου είναι ενήλικας. Είναι δικαίωμα του να κάνει σεξ.»
<p>Η σεξουαλικότητα είναι κάτι για το οποίο μπορούν να μιλήσουν τα μέλη μιας οικογένειας.</p> <p>Είστε ανοιχτοί και νιώθετε άνετα με το να ακούτε και να παρέχετε πληροφορίες.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Αναγνωρίζετε ότι η σεξουαλικότητα είναι ένα σημαντικό ζήτημα για το υποστηριζόμενο άτομο. • Έχετε δημιουργήσει έναν ανοιχτό διάλογο επικοινωνίας για θέματα σεξουαλικότητας. 	<ul style="list-style-type: none"> • «Είμαι ανοιχτός να συζητήσω σεξουαλικά θέματα με το παιδί μου. Είμαι διαθέσιμος για να δώσω πληροφορίες.» • «Θέλω το παιδί μου να έρθει σε μένα για να συζητήσει σεξουαλικά θέματα.»

<p>Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση αφορά την προστασία και την κατάλληλη σεξουαλική έκφραση, αλλά και την ευχαρίστηση και τα συναισθήματα.</p> <p>Υπάρχει συχνά η τάση να επικεντρωνόμαστε στους κινδύνους της σεξουαλικότητας με το υποστηριζόμενο άτομο. Φυσικά, αυτό είναι ένα πολύ σημαντικό θέμα. Όμως, η σεξουαλικότητα σχετίζεται επίσης με το να αντλεί κανείς απόλαυση και με το να δημιουργεί ουσιαστικές, ενήλικες σχέσεις.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Αναγνωρίζετε τις διαφορετικές πτυχές της σεξουαλικότητας. Πληροφορείτε το υποστηριζόμενο άτομο για τους κινδύνους και την κατάλληλη σεξουαλική έκφραση, αλλά και για τη σεξουαλική απόλαυση. ▪ Αναγνωρίζετε ότι η σεξουαλικότητα μπορεί να είναι μέρος μιας ερωτικής, ενήλικης σχέσης για το υποστηριζόμενο άτομο. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>«Το παιδί μου θα πρέπει να ενημερώνεται για το πώς να προστατεύει τον εαυτό του, αλλά και για το πώς να περνάει καλά με το σεξ.»</i> ▪ <i>«Το παιδί μου μπορεί να έχει μια ερωτική ενήλικη σχέση και εφόσον το επιθυμεί, η σεξουαλικότητα μπορεί να είναι μέρος της.»</i>
<p>Το υποστηριζόμενο άτομο έχει το δικαίωμα να κάνει επιλογές σχετικά με τις σεξουαλικές του προτιμήσεις.</p> <p>Η σεξουαλικότητα του υποστηριζόμενου ατόμου μπορεί να πάρει πολλές μορφές, καθώς υπάρχουν πολλές διαθέσιμες επιλογές.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Αναγνωρίζετε ότι η σεξουαλικότητα μπορεί να λάβει πολλές μορφές εκτός από τη σχέση άνδρα/γυναίκας. ▪ Έχετε υπόψη σας ότι το υποστηριζόμενο άτομο μπορεί να επιλέξει διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό από τον δικό σας ή αυτόν που προσδοκάτε. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>«Το παιδί μου μπορεί να μην επιλέξει τον σεξουαλικό προσανατολισμό που περιμένω από αυτό, και αυτό είναι εντάξει με εμένα.»</i> ▪ <i>«Το παιδί μου είναι ελεύθερο να κάνει τις επιλογές του σχετικά με τη σεξουαλικότητά του.»</i>

Ίσως έχετε ήδη παρατηρήσει ότι αυτές οι εναλλακτικές στάσεις είναι αρκετά διαφορετικές από τον τρόπο που συχνά σκέφτονται και συμπεριφέρονται οι οικογενειακοί φροντιστές. Μπορεί να εντοπίσατε ότι αυτές οι εναλλακτικές στάσεις δίνουν μεγάλη σημασία στην προσωπική ελευθερία επιλογής και στα προσωπικά δικαιώματα του υποστηριζόμενου ατόμου. **Αυτή η οπτική συμπλέει με τη Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCRPD), η οποία αποτελεί τη θεωρητική βάση της ΥΛΑ. Πρωθυε την ισότητα και τη μη διάκριση για τα ΑμεΑ, με σεβασμό στο θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα της κοινωνικής συμπερίληψης και της προσωπικής ανάπτυξης.** (Για μια πιο

λεπτομερή προσέγγιση σχετικά με τη Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία, μπορείτε να ανατρέξετε στην Ενότητα 1).

Είναι κατανοητό πως αυτός ο τρόπος σκέψης μπορεί είναι κάτι νέο για εσάς ως φροντιστή. Αυτή είναι μια καλή στιγμή για να σκεφτείτε: *Ποιες είναι οι σκέψεις σας; Ποια είναι τα συναισθήματά σας; Πόσο κοντά ή μακριά είναι αυτός ο τρόπος σκέψης, σε σύγκριση με τις στάσεις σας μέχρι τώρα;*

Τι μπορώ να κάνω για τις στάσεις μου;

Αφού ολοκληρώσετε αυτό το κεφάλαιο, μπορείτε να αναρωτηθείτε:

- Ποιες είναι οι στάσεις μου ως οικογενειακού φροντιστή σχετικά με τη σεξουαλικότητα του υποστηριζόμενου ατόμου;
- Κατά πόσο οι στάσεις μου καθοδηγούν τη συμπεριφορά μου;
- Κατά πόσο θα μπορούσε η συμπεριφορά μου να είναι εμπόδιο για την ΥΛΑ;
- Θα ήθελα να αλλάξω κάτι στις στάσεις (ή στη συμπεριφορά μου); Τι θα ήταν αυτό;

Είναι απολύτως φυσιολογικό να αισθάνεστε ότι όλο αυτό είναι μία πρόκληση για εσάς, ή ότι χρειάζεστε υποστήριξη. Σε αυτή την περίπτωση, μη διστάσετε να ζητήσετε βοήθεια από έναν κατάλληλα εκπαιδευμένο επαγγελματία.

► Όταν οι επιλογές συγκρούονται: ένα ζήτημα προσωπικών δικαιωμάτων

Οι αποφάσεις μας βασίζονται στο σύστημα αξιών μας. Έτσι, οι επιλογές μας, όπως και οι αξίες μας, μερικές φορές μπορεί να συγκρουστούν. Αυτό είναι κάτι που συμβαίνει στην πλειοψηφία των οικογενειών. Ο στόχος δεν είναι να αποφύγετε μια αναπόφευκτη σύγκρουση αποφάσεων και αξιών, αλλά να τη χειριστείτε κατάλληλα από το ρόλο σας ως οικογενειακού φροντιστή.

- **Τα δικαιώματά σας ως οικογενειακός φροντιστής:** Φυσικά, ως οικογενειακός φροντιστής, έχετε το δικαίωμα να διατηρείτε τις προσωπικές σας επιλογές και αξίες. Έχετε το δικαίωμα να μιλάτε για τις αξίες σας, να ενεργείτε σύμφωνα με τις αξίες σας και να επικοινωνείτε τις αξίες σας στο υποστηριζόμενο άτομο. Ο καλύτερος τρόπος για να επικοινωνήσετε τις αξίες σας δεν είναι το κήρυγμα και η επιβολή, αλλά το να συμπεριφέρεστε σύμφωνα με τις αξίες σας στην καθημερινή σας ζωή, λειτουργώντας ως ζωντανό παράδειγμα αυτού που πρεσβεύετε.
- **Τα δικαιώματα του υποστηριζόμενου ατόμου:** Από την άλλη πλευρά, οι οικογενειακοί φροντιστές θα πρέπει να έχουν υπόψη τους ότι το υποστηριζόμενο άτομο έχει το ίδιο ακριβώς δικαίωμα να διατηρεί τις προσωπικές του αξίες, να λαμβάνει αποφάσεις με βάση αυτές, να μιλά για αυτές και να ενεργεί σύμφωνα με αυτές. Αν και είναι δικαίωμα σας, ως οικογενειακού φροντιστή να παρουσιάσετε τις αξίες σας στο παιδί σας, είναι δικαίωμα του παιδιού σας να μην αφομοιώσει τις δικές σας αξίες και να κάνει μια διαφορετική επιλογή. Εν τέλει, όλα καταλήγουν στο ζήτημα της προσωπικής ελευθερίας.

«Τι να κάνω όταν οι επιλογές και οι αξίες συγκρούονται;»

Όταν οι επιλογές και οι αξίες μεταξύ ενός οικογενειακού φροντιστή και ενός υποστηριζόμενου ατόμου συγκρούονται, το πρώτο πράγμα είναι να κάνετε στον εαυτό σας μερικές ερωτήσεις. Θυμηθείτε μια σύγκρουση για τις επιλογές ή/και γύρω από τη σεξουαλικότητα ανάμεσα σε εσάς και το υποστηριζόμενο άτομο και προσπαθήστε να σκεφτείτε:

- «Ποιες είναι οι προσωπικές μου επιλογές, απόψεις και πεποιθήσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα;»
- «Από πού προέρχονται;»
- «Τι μου λέει το σύστημα αξιών μου για αυτήν την επιλογή;»
- «Γιατί είναι τόσο σημαντικό για μένα να διατηρήσω αυτή την επιλογή/ αξία μου;»
- «Είμαι σίγουρος ότι το σύνολο των αξιών και των επιλογών μου είναι το ένα και μοναδικό «σωστό» σύνολο αξιών και επιλογών;»
- «Οι διαφορετικές αξίες και επιλογές του υποστηριζόμενου ατόμου έχουν συγκεκριμένη και πρακτική συνέπεια σε εμένα/τους άλλους/τον εαυτό τους;»
- «Είναι οι διαφορετικές αξίες και επιλογές του υποστηριζόμενου ατόμου αρκετά ευέλικτες ώστε να αλλάξουν; Μήπως είναι οι δικές μου;»

Το επόμενο βήμα αφού δώσετε στον εαυτό σας αυτές τις απαντήσεις, είναι να σκεφτείτε πού βρίσκεστε στο συνεχές μεταξύ αποδοχής και αλλαγής: **Είναι η αξία σας ή η επιλογή σας αρκετά ευέλικτες ώστε να σας επιτρέψουν να αποδεχτείτε μια αξία ή μια επιλογή που μπορεί να είναι πολύ διαφορετική από τη δική σας; Είναι η αξία ή η επιλογή σας τόσο σημαντική που δεν μπορείτε να αποδεχτείτε κάτι διαφορετικό; Ή μήπως βρίσκεστε κάπου στη μέση;**

Υπάρχουν τρία σενάρια για οποιαδήποτε σύγκρουση αξιών και επιλογών:

- **Η αξία και η επιλογή μου είναι αρκετά ευέλικτη ώστε να μου επιτρέπει να αποδεχτώ μια αξία ή μια επιλογή που ίσως είναι πολύ διαφορετική από τη δική μου:** Αφού απαντήσατε στις παραπάνω ερωτήσεις, μπορεί να καταλήξατε στο συμπέρασμα ότι μπορείτε να αποδεχτείτε μια διαφορετική αξία, ή ότι είστε σε θέση να δεχτείτε διαφορετικές επιλογές ανάμεσα σε εσάς και το υποστηριζόμενο άτομο. Αυτό μπορεί να συμβεί όταν οι διαφορετικές αξίες και επιλογές του υποστηριζόμενου ατόμου δεν έχουν συγκεκριμένη και πρακτική συνέπεια για το ίδιο ή για τους άλλους.

Για παράδειγμα, μπορεί να είστε πρόθυμοι να δεχτείτε ότι το παιδί σας μπορεί να επιλέξει να έχει σεξουαλικές σχέσεις πριν από το γάμο, ακόμα και αν εσείς στη ζωή σας ακολουθήσατε διαφορετικό δρόμο.

- **Η αξία και η επιλογή μου είναι τόσο σημαντικές για μένα που δεν μπορώ να αποδεχτώ κάτι διαφορετικό:** ορισμένες αξίες μπορεί να είναι πολύ κεντρικές για εσάς ή μπορεί να σας φαίνονται απόλυτα σωστές. Σε αυτήν την περίπτωση, μπορεί να θέλετε να μοιραστείτε τις συγκεκριμένες και πρακτικές συνέπειες που ενδέχεται να έχει η διαφορετική επιλογή για το υποστηριζόμενο άτομο και τους άλλους, παρουσιάζοντας ρεαλιστικά γεγονότα και συγκεκριμένες πληροφορίες (για παράδειγμα, τα ΣΜΝ που

σχετίζονται με σεξουαλική επαφή χωρίς χρήση προφυλακτικού). Η παρουσίαση των αντικειμενικών δεδομένων και των αντικειμενικών συνεπειών, είναι αυτό που μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε το υποστηριζόμενο άτομο να εξετάσει άλλες επιλογές. Ωστόσο, η τελική επιλογή και ευθύνη παραμένει στα χέρια του υποστηριζόμενου ατόμου.

Για παράδειγμα, η ιδέα ότι το παιδί σας μπορεί να επισκέπτεται μια πόρνη μπορεί να ξεπερνάει τον προσωπικό σας ηθικό κώδικα. Σε αυτήν την περίπτωση, αυτό που μπορείτε να κάνετε εσείς, ως οικογενειακός φροντιστής, είναι να παρουσιάσετε τους πιθανούς κινδύνους και τις συνέπειες (π.χ. οικονομική δυσκολία, κινδύνους για την υγεία) μιας τέτοιας επιλογής.

- **Βρίσκομαι κάπου ενδιάμεσα:** Σε πολλές περιπτώσεις, μπορεί να βρεθείτε κάπου στη μέση. Μπορεί να νιώθετε αρκετά ευέλικτοι ώστε να κάνετε κάποια βήματα προς την αποδοχή, αλλά να μην είστε πρόθυμοι να εγκαταλείψετε εντελώς την αξία ή την επιλογή σας. Αυτό είναι ένα καλό σημείο εκκίνησης για μια συζήτηση που επικεντρώνεται στον αναστοχασμό, την επίλυση προβλημάτων και τη διερεύνηση εναλλακτικών επιλογών, εάν το υποστηριζόμενο άτομο το επιθυμεί.

Για παράδειγμα, μπορεί να αισθάνεστε άνετα με την ιδέα ότι το παιδί σας έχει σεξουαλικές σχέσεις, αλλά όχι με την ιδέα της δημιουργίας μιας οικογένειας. Σε αυτήν την περίπτωση, θα μπορούσατε να σκεφτείτε τι πραγματικά σας ανησυχεί και να σκεφτείτε πιθανές λύσεις με το παιδί σας και άλλους επαγγελματίες που θα μπορούσαν να σας υποστηρίξουν και τους δύο (βλ. παρακάτω την Ενότητα 7 σχετικά με την αντισύλληψη, τη διατήρηση της γονιμότητας και τη δημιουργία οικογένειας).

► **ΥΛΑ για τη σεξουαλικότητα: κατευθύνσεις απευθυνόμενες σε οικογένειες:**

Σεξουαλικότητα: ένα ζήτημα ιδιωτικότητας μέσα στην οικογένεια

Η σεξουαλικότητα είναι κάτι ιδιωτικό. Είναι ένα θέμα που όλοι μας το κρατάμε για τον εαυτό μας. Ωστόσο, εντός της οικογένειας και μέσα στο πλαίσιο της ΥΛΑ, μπορεί να προκύψουν ζητήματα παραβίασης της ιδιωτικότητας. Ως οικογενειακοί φροντιστές, μπορεί να θέλετε να μάθετε τις σεξουαλικές επιλογές του παιδιού σας, για να βεβαιωθείτε ότι θα παραμείνει ασφαλές και ευτυχισμένο. Μια εσωτερική σύγκρουση που μπορεί να προκύψει είναι: *Ποιες πληροφορίες είναι χρήσιμο να γνωρίζω για να βοηθήσω το παιδί μου να αποφασίσει μόνο του και να προστατευτεί; Ποιες πληροφορίες δεν χρειάζεται να γνωρίζω για να προστατεύσω την ιδιωτικότητα του παιδιού μου; Πώς μπορώ να βρω ισορροπία?*

Η συνέχεια του κεφαλαίου πραγματεύεται ορισμένες από αυτές τις ανησυχίες.

Τι γίνεται με την ΥΛΑ και την ιδιωτικότητα:

Για να βοηθήσετε το παιδί σας να πάρει μια απόφαση, πρέπει φυσικά να μοιραστεί με εσάς κάποιες σχετικές πληροφορίες. Ωστόσο, πού σταματάει κανείς όταν αναζητά πληροφορίες σχετικά με τη σεξουαλικότητα του γιου ή της κόρης του;

- Τι είναι διατεθειμένο να μου πει το παιδί μου; Το πρώτο βήμα προς τον σεβασμό της ιδιωτικότητας είναι ο σεβασμός του δικαιώματος του παιδιού σας να κρατήσει για τον

εαυτό του ορισμένες λεπτομέρειες σχετικά με τη σεξουαλική ζωή του. Ως οικογενειακός φροντιστής, αυτό το σενάριο μπορεί να συνοδεύεται από πολλές σκέψεις: σκέψεις ότι το παιδί σας «δεν σας εμπιστεύεται αρκετά» ή ότι «κάτι κακό θα συμβεί αν δεν ξέρετε τα πάντα». Ωστόσο, το να θέλει κανείς να κρατήσει κάποια πράγματα για τον εαυτό του αποτελεί προσωπικό δικαίωμα και μια ενήλικη στάση.

- Ποιες πληροφορίες χρειάζομαι για να υποστηρίξω τη λήψη αποφάσεων; Κατά τη διαδικασία της ΥΛΑ, θα χρειαστεί να συγκεντρώσετε πληροφορίες για να υποστηρίξετε το παιδί σας να λάβει τις δικές του αποφάσεις. Κατά την διάρκεια αυτής της διαδικασίας, η ισορροπία μεταξύ της υποστήριξης και του σεβασμού της ιδιωτικότητας μπορεί να είναι δύσκολο να διατηρηθεί. Όταν κάνετε ερωτήσεις, αναστοχαστείτε – πώς θα με βοηθήσει αυτή η ερώτηση με την ΥΛΑ; Εάν δεν εξυπηρετεί τον στόχο σας, θα μπορούσε να προέρχεται από κάποια άλλη ανάγκη (ίσως την ανάγκη σας να μάθετε τι συμβαίνει στη ζωή του παιδιού σας ή την επιθυμία σας να το προστατέψετε από οποιοδήποτε κακό;).
- Πώς μπορώ να ενθαρρύνω τον γιο/την κόρη μου να ανοιχτεί; Ως οικογενειακοί φροντιστές, είναι φυσικό να επιθυμείτε να είστε αυτοί στους οποίους θα απευθυνθεί το παιδί η σας όταν θα χρειαστεί υποστήριξη σε σεξουαλικά ζητήματα. Ωστόσο, δεν υπάρχει κάποιος τρόπος να «κάνετε κάποιον να ανοιχτεί». Αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να διατηρήσετε έναν ανοιχτό διάλογο επικοινωνίας με το παιδί σας, ώστε να είστε διαθέσιμοι όταν αποφασίσει να σας προσεγγίσει.

(Για περισσότερες πληροφορίες όσον αφορά στην επικοινωνία σχετικά με τη σεξουαλικότητα, μπορείτε να ανατρέξετε στην Ενότητα 3).

Σεβασμός της ιδιωτικής ζωής στην οικογένεια: πώς μπορούμε να τον διαφυλάξουμε;

Η ιδιωτικότητα γύρω από σεξουαλικά θέματα είναι ένα θέμα που πρέπει να λαμβάνεται υπόψη στις οικογένειες. Αν αναρωτιέστε τι μπορείτε να κάνετε για να προστατεύσετε και να προωθήσετε την ιδιωτικότητα ως οικογενειακός φροντιστής, ακολουθούν ορισμένες προτάσεις:

- **Μιλήστε κατ' ιδίαν:** Βοηθήστε το παιδί σας να μάθει να ξεχωρίζει μεταξύ ιδιωτικού και δημόσιου. Αυτό μπορεί να γίνει μιλώντας για δημόσια και ιδιωτικά μέρη του σώματος, δημόσιους και ιδιωτικούς χώρους και δημόσια και ιδιωτικά θέματα συζήτησης. Βοηθήστε το παιδί σας να κατανοήσει ότι η σεξουαλικότητα είναι κάτι ιδιωτικό - περιλαμβάνει ιδιωτικά μέρη του σώματος, συμβαίνει σε ιδιωτικούς χώρους, και είναι ένα ιδιωτικό θέμα συζήτησης με άτομα με τα οποία αισθάνεται άνετα.
- **Δημιουργήστε ιδιωτικούς χώρους - και σεβαστείτε τους:** Έχει το παιδί σας έναν ιδιωτικό χώρο για τον εαυτό του, όπου μπορεί να εμπλέκεται σε σεξουαλικές δραστηριότητες; Εάν όχι, βοηθήστε το παιδί σας να κατανοήσει την ιδέα της ιδιωτικότητας δημιουργώντας τον ιδιωτικό χώρο του (ένα προσωπικό συρτάρι για να φυλάξει προφυλακτικά ή αντισυλληπτικά χάπια, να κλείνει την πόρτα του δωματίου του όταν το επιθυμεί κ.λπ.). Είναι σημαντικό εσείς, ως φροντιστές της οικογένειας, να σέβεστε αυτόν τον ιδιωτικό χώρο και να βοηθάτε το παιδί σας να θέσει τα προσωπικά του όρια.

- **Λειτουργήστε ως πρότυπο:** Το παιδί σας σε αρκετές περιπτώσεις μιμείται τη συμπεριφορά που βλέπει μέσα στην οικογένεια. Αναρωτηθείτε λοιπόν: Πώς χειρίζεστε εσείς οι ίδιοι την ιδιωτικότητα; Τα μέλη της οικογένειάς σας αναγνωρίζουν την ανάγκη για ιδιωτικότητα; Σέβεστε ο ένας τον ιδιωτικό χώρο του άλλου; Εάν η απάντηση είναι αρνητική, η ανάγκη του παιδιού σας για ιδιωτικότητα μπορεί να είναι μια καλή ευκαιρία για να ξεκινήσετε να θέτετε υγιή όρια εντός της οικογένειας.
- **Συζητήστε πότε πρέπει να επικοινωνηθούν προσωπικά ζητήματα:** Εξηγήστε στο παιδί σας τις περιστάσεις όπου ο κανόνας της ιδιωτικότητας σταματάει να ισχύει, για τη δική του ασφάλεια και ευημερία. Όποτε αισθάνεται άβολα, πιέζεται πέρα από τα όριά του, εξαναγκάζεται παρά τη θέλησή του ή βλάπτεται σωματικά ή/και συναισθηματικά, η καταλληλότερη ενέργεια είναι να επικοινωνήσει με έναν έμπιστο υποστηρικτή, ανεξάρτητα από το πόσο ιδιωτικό μπορεί να είναι το θέμα (για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την αυτοπροστασία και τη σεξουαλική κακοποίηση, ανατρέξτε στην ενότητα 4).

Δημιουργία ενός οικογενειακού κύκλου υποστήριξης:

Εάν οι οικογενειακοί φροντιστές (γονείς, αδέρφια, στενοί έμπιστοι συγγενείς) αισθάνονται πρόθυμοι να λειτουργήσουν ως υποστηρικτές για το υποστηριζόμενο άτομο, αυτό είναι κάτι που η ΥΛΑ ενθαρρύνει. Μπορεί ένας φροντιστής του ίδιου φύλου με το υποστηριζόμενο άτομο να του εμπνέει μεγαλύτερη εμπιστοσύνη και άνεση ώστε να ανοίξει προσωπικά ζητήματα μαζί του, αλλά αυτό το θέμα θα πρέπει να συζητηθεί με τα εμπλεκόμενα άτομα.

Σε κάθε περίπτωση, εάν οι περισσότεροι ή όλοι οι οικογενειακοί φροντιστές αισθάνονται άβολα να αναλάβουν τον ρόλο του υποστηρικτή, ή ακόμα και να εμπλακούν στην όλη διαδικασία, το υποστηρικτικό δίκτυο ειδικών θα είναι πρόθυμο να διασφαλίσει άλλους πόρους και άλλες ιδέες για να βοηθήσει το υποστηριζόμενο άτομο.



ΥΛΑ & αγάπη, συναισθηματικοί δεσμοί και συγκρούσεις στις σχέσεις

► Γενικές σκέψεις σχετικά με την αγάπη, τους συναισθηματικούς δεσμούς και τις συγκρούσεις στις σχέσεις

Η ανάγκη για αγάπη και για ανήκειν είναι μια από τις θεμελιώδεις ανθρώπινες ανάγκες. Κάθε άτομο έχει, από τη στιγμή που γεννιέται, την τάση να δημιουργεί και να διατηρεί δεσμούς. Καθώς ωριμάζουμε και εξελισσόμαστε, τείνουμε να σχηματίζουμε διαφορετικά είδη σχέσεων και να εξερευνούμε διαφορετικά είδη αγάπης: την αγάπη προς τους γονείς μας, τη φιλία και την αγάπη προς τους συνομηλίκους μας, τις ερωτικές σχέσεις και την αγάπη προς έναν επιλεγμένο σύντροφο.

Τι ακριβώς σημαίνει όμως ερωτική αγάπη; Τη βιώνουμε όλοι με τον ίδιο τρόπο; Αυτή είναι μια δύσκολη ερώτηση, καθώς η απάντηση μπορεί να μην είναι η ίδια για κάθε άτομο. Ωστόσο, φαίνεται ότι η ερωτική αγάπη αποτελείται από τρία κύρια συστατικά: Την οικειότητα, δηλαδή το συστατικό της συναισθηματικής ζεστασιάς, της εγγύτητας και της αμοιβαίας κατανόησης. Τη δέσμευση, δηλαδή την απόφαση ότι κάποιος έχει επιλέξει να αγαπήσει έναν «συγκεκριμένο» άλλον, και μόνο αυτόν/ αυτήν. Το πάθος, δηλαδή το συστατικό της διέγερσης που παρακινεί προς τη σωματική επαφή και μπορεί να οδηγήσει σε σεξουαλική έκφραση μεταξύ των συντρόφων. Όλα αυτά τα «συστατικά» αλληλεπιδρούν μεταξύ τους σε διαφορετικές «ποσότητες», δημιουργώντας διαφορετικούς συνδυασμούς και καταλήγοντας σε διαφορετικές εμπειρίες αγάπης και ερωτικών σχέσεων.

Η αγάπη είναι επίσης μια δυναμική διαδικασία: αναπτύσσεται, διατηρείται και μερικές φορές τερματίζεται, εάν προκύψουν συγκρούσεις ή τα συναισθήματα εξασθενήσουν. Με άλλα λόγια, στον κόσμο των σχέσεων - ειδικά των ερωτικών, θα πρέπει κανείς να είναι προετοιμασμένος να δημιουργήσει δεσμούς, να κάνει αυτούς τους δεσμούς να διαρκέσουν, αλλά και πιθανότατα να τους αφήσει να εξασθενίσουν ή να αποφασίσει να τους τερματίσει.

► Γενικές σκέψεις σχετικά με την αγάπη, τους συναισθηματικούς δεσμούς και τις συγκρούσεις στις σχέσεις για ΑμεΑ

Οι καλές και στενές ανθρώπινες σχέσεις, η αγάπη και η φιλία, η αλληλεπίδραση με άλλους ανθρώπους και οι κοινωνικές ανάγκες, είναι θεμελιώδεις πηγές ευημερίας για όλους, και δεν θα μπορούσε να ισχύει κάτι διαφορετικό για τα ΑμεΑ. Ωστόσο, υπάρχουν κάποια ειδικά ζητήματα που θα ήταν καλό να λαμβάνονται υπόψη, σχετικά με την αγάπη και τις ερωτικές σχέσεις για τα ΑμεΑ. Καταρχήν, η «αγάπη» είναι μια αρκετά αφηρημένη έννοια, ενώ πολλές φορές τα ΑμεΑ έχουν έναν πιο κυριολεκτικό τρόπο σκέψης. Για τα ΑμεΑ, η «αγάπη» τείνει να εκφράζεται περισσότερο μέσω πράξεις παρά μέσω συναισθημάτων. Δεύτερον, οι σχέσεις περιλαμβάνουν περίπλοκους κοινωνικούς κανόνες που ποικίλλουν ανάλογα με τη φύση και το στάδιο της σχέσης - και αυτό μπορεί να προκαλέσει σύγχυση.

Οι κοινωνικές δεξιότητες που απαιτούνται για να προσεγγίσει κανείς έναν ερωτικό σύντροφο, να δημιουργήσει μια σχέση και να διαχειριστεί αυτή τη σχέση είναι συχνά μια πρόκληση. Το ίδιο συμβαίνει και με τις συγκρούσεις στις σχέσεις που απαιτούν μια ποικιλία δεξιοτήτων για να επιλυθούν αποτελεσματικά. Για παράδειγμα, είναι σημαντικό για τα ΑμεΑ να μάθουν πώς να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους και πώς να προστατεύουν τον εαυτό τους από πιθανούς κινδύνους. Λόγω όλων αυτών των κοινωνικών απαιτήσεων, τα ΑμεΑ συχνά αντιμετωπίζουν προβλήματα σε έναν ή περισσότερους τομείς των σχέσεών τους, οι οποίες πολλές φορές καταλήγουν μονόπλευρες, βραχύβιες ή μη αποκλειστικές, παρόλο που θα επιθυμούσαν κάτι διαφορετικό.

► Τι λέει το νομικό πλαίσιο;

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Η φιλία και οι συναισθηματικοί δεσμοί δεν είναι το είδος των θεμάτων που προσεγγίζονται εύκολα από τα νομικά συστήματα. Υπάρχουν πολλές «άνισες» σχέσεις μεταξύ όλων των ανθρώπων (όχι μόνο των ΑμεΑ!) τις οποίες μπορεί συχνά κανείς να αναγνωρίσει και να παρατηρήσει. Είναι συχνό φαινόμενο οι φίλοι/η οικογένεια να δίνουν συμβουλές σε κάποιον με «ραγισμένη καρδιά» για μια αποτυχημένη σχέση (π.χ.: «Δεν σου αξίζει» - «Υπάρχουν κι άλλου πορτοκαλιές που κάνουν πορτοκάλια!»)

Ορισμένα επαγγέλματα έχουν επαγγελματικά πρωτόκολλα που καθορίζουν τις σχέσεις τέτοιου είδους και η παραβίαση αυτού του κώδικα δεοντολογίας, μπορεί να οδηγήσει σε κυρώσεις από τον ελεγκτικό φορέα του επαγγέλματος. Για παράδειγμα, ο επαγγελματικός κώδικας που διέπει τους γιατρούς, τους νοσηλευτές, τους ψυχολόγους, τους δασκάλους και τους κοινωνικούς λειτουργούς συχνά θέτει όρια σχετικά με το πόσο κοντά επιτρέπεται να έρθει ο επαγγελματίας με τον πελάτη του. Δεν είναι εύκολο να διατηρηθεί αυτό το όριο και αυτή είναι συχνά μια κατάσταση όπου οι πράξεις είναι πιο ισχυρές από τα λόγια. Στα επαγγέλματα τέτοιου είδους, το να επιτραπεί μια φιλία με έναν πελάτη να εξελιχθεί σε σεξουαλική σχέση θεωρείται συχνά λόγος για κυρώσεις.

Για τις σχέσεις που αφορούν το προσωπικό και τα ΑμεΑ, συνήθως οι νομικοί έλεγχοι είναι αρκετά σπάνιοι, με τις πιο σαφείς οδηγίες να προέρχονται από επαγγελματικούς Κώδικες Δεοντολογίας ή/και από τους κανονισμούς των Οργανισμών. Οι σχέσεις στις οποίες εμπλέκονται τα ΑμεΑ είναι, σε γενικές γραμμές, όπως και κάθε άλλη σχέση μεταξύ φίλων στο γενικό πληθυσμό, ένα θέμα που δεν μπορούν εύκολα να πραγματευτούν οι νόμοι. Έτσι, όπως κάθε άλλο άτομο, ένα ΑμεΑ μπορεί να υποφέρει από τον πόνο μιας χαμένης φιλίας ή την αγωνία μιας ανεκπλήρωτης αγάπης, χωρίς οι νόμοι να μπορούν να πουν τίποτα γι' αυτό.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Στην Ελλάδα, όπως και στις περισσότερες χώρες του κόσμου, δεν υπάρχει νόμος για τη ρύθμιση των συναισθημάτων και των σχέσεων. Το ίδιο ισχύει και για τους ενήλικες με αναπηρία. Όπως αναφέρθηκε και προηγουμένως, τα ίσα δικαιώματα και οι ευκαιρίες τους έχουν κατοχυρωθεί τις τελευταίες δεκαετίες, από τη διεθνή και ευρωπαϊκή νομοθεσία.

Ωστόσο, υπάρχει μια εξαίρεση στο ελληνικό οικογενειακό δίκαιο για τα ΑμεΑ που, αν και είναι άνω των 18 ετών, πρέπει να προστατεύονται από μερική ή πλήρη δικαστική συμπαράσταση,

όποτε το δικαστήριο κρίνει ότι χρειάζεται. Συνήθως ο νόμιμος δικαστικός συμπαραστάτης τους είναι κάποιος στενός συγγενής (γονέας ή ενήλικος αδερφός). Σύμφωνα με το άρθρο 1352 του Οικογενειακού Δικαίου όπως αυτό αναθεωρήθηκε με τον νόμο 2447/96, εάν κάποιος ΑμεΑ που υπόκειται σε δικαστική συμπαράσταση επιθυμεί να παντρευτεί, απαιτείται η έγγραφη συγκατάθεση του δικαστικού του συμπαραστάτη. Εάν ο κηδεμόνας δεν συμφωνήσει, το δικαστήριο μπορεί και πάλι να επιτρέψει τον γάμο, εάν αποφασιστεί ότι ο γάμος είναι προς όφελος των ΑμεΑ.

► Ερωτήσεις για υποστηρικτές

Κεντρικά θέματα γύρω από τη διαδικασία ΥΛΑ που πρέπει να εξετάσουν οι υποστηρικτές κατά τη διαμόρφωση του πλαισίου υποστήριξής τους

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για τους υποστηρικτές</u>	<u>Η προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Η «αγάπη» είναι μια αφηρημένη έννοια που πιθανόν να μην είναι εύκολα κατανοητή από το ΥΑ, ειδικά αν αναλογιστούμε πόσο ιδανικά αποτυπώνεται συχνά η αγάπη (στην τηλεόραση, τα βιβλία, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα μυθιστορήματα κ.λπ.)</p>	<p>Πώς μπορεί ο Υποστηρικτής να υποβοηθήσει το ΥΑ να κατανοήσει τις έννοιες της αγάπης και της συναισθηματικής προσκόλλησης;</p>	<p>Για να διευκρινιστεί τι σημαίνει «αγάπη» για το ΥΑ, θα μπορούσαν να ακολουθηθούν τα παρακάτω βήματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Ακούστε αυτά που ήδη γνωρίζουν: ποια γνώση ή εμπειρία έχει ήδη το ΥΑ σχετικά με την αγάπη και τις ερωτικές σχέσεις; Χρησιμοποιήστε ανοιχτές ερωτήσεις και συζητήστε μαζί του για να κατανοήσετε τι σημαίνει αγάπη για εκείνον/η. » Διερευνήστε την αγάπη μέσα από συμπεριφορές και συναισθήματα: προσπαθήστε να εξηγήσετε την αγάπη τόσο μέσω πράξεων (π.χ. προσφορά λουλουδιών), όσο και μέσω συναισθημάτων (π.χ. νιώθουμε χαρούμενοι όταν το αγαπημένο μας πρόσωπο είναι κοντά). » Συγκρίνετε την ιδέα του για την «αγάπη» με το τι είναι πραγματικά η αγάπη: ποια είναι τα παραδείγματα αγάπης που έχει προσλάβει το ΥΑ μέσα από ταινίες, μέσα κοινωνικής δικτύωσης κ.λπ.; Ποια είναι τα παραδείγματα αγάπης που έχει συναντήσει στην πραγματική ζωή; Ποιες είναι οι ομοιότητες και οι διαφορές τους; Πώς είναι η αγάπη στον «πραγματικό κόσμο»; » Βοηθήστε το ΥΑ να κατανοήσει/διακρίνει τους διαφορετικούς τύπους αγάπης, π.χ. την αγάπη για έναν γονέα/αδερφό, την αγάπη για έναν διάσημο καλλιτέχνη, την αγάπη για ένα κατοικίδιο, την αγάπη για έναν σύντροφο.

<p>Η «αμοιβαιότητα» είναι επίσης ένας δυσνόητος όρος. Αν ο Χ αγαπά τον Ψ – αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα ότι ο Ψ αγαπά τον Χ! Το ΥΑ μπορεί να μην είναι σε θέση να αναγνωρίσει ότι οι επιθυμίες και τα συναισθήματά του μπορεί να διαφέρουν από τις επιθυμίες/τα συναισθήματα των άλλων. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε ασταθείς, μονόπλευρες ερωτικές σχέσεις.</p>	<p>Εάν το ΥΑ είναι ερωτευμένο ή βρίσκεται σε μία ερωτική σχέση, πώς μπορεί ο Υποστηρικτής να διερευνήσει με το ΥΑ το βαθμό στον οποίο τα συναισθήματα είναι αμοιβαία;</p>	<p>Προκειμένου να διευκρινιστεί τι σημαίνει «αμοιβαιότητα» για το ΥΑ, θα μπορούσαν να ακολουθηθούν τα παρακάτω βήματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Ακούστε αυτά που ήδη γνωρίζουν: τι γνώσεις έχει ήδη το ΥΑ σχετικά με την αμοιβαιότητα; Κάντε ανοιχτές ερωτήσεις και συζητήστε μαζί του, για να κατανοήσετε τι σημαίνει για εκείνον/εκείνη αμοιβαιότητα. » Διερευνήστε την αμοιβαιότητα μέσα από πράξεις: πώς μπορεί το ΥΑ να κατανοήσει την αμοιβαιότητα μέσω συγκεκριμένων συμπεριφορών; (π.χ. μόνο το ΥΑ παίρνει τηλέφωνο το αγαπημένο του πρόσωπο ή τηλεφωνεί ο ένας στον άλλον; Μόνο το ΥΑ εκφράζει τα συναισθήματα του στο αγαπημένο του πρόσωπο ή αυτά τα συναισθήματα εκφράζονται και από τους δύο;). Ο στόχος για το ΥΑ είναι να κατανοήσει ότι σε μια αμοιβαία σχέση και οι δύο πλευρές «δίνουν και παίρνουν». » Αφήστε το ΥΑ να εξερευνήσει τις ερωτικές σχέσεις γύρω του. Ποια παραδείγματα αμοιβαιότητας μπορεί να βρει; Ποια παραδείγματα μονόπλευρων σχέσεων μπορεί να δει ή να θυμηθεί;
<p>Η συζήτηση με το ΥΑ για την αγάπη και τη συναισθηματική προσκόλληση μπορεί να είναι απαιτητική, καθώς απαιτεί την ικανότητα κατανόησης αφηρημένων εννοιών και πολύπλοκων κοινωνικών κανόνων.</p>	<p>Πώς μπορεί ο Υποστηρικτής να υποβοηθήσει την κατανόηση του ΥΑ για αυτά τα θέματα;</p>	<p>Είναι σημαντικό ο Υποστηρικτής να επικεντρωθεί στο αν το ΥΑ κατανοεί τις έννοιες αυτές. Μερικοί τρόποι για να το κάνετε αυτό είναι να προσαρμόσετε το στυλ επικοινωνίας σας στον προτιμώμενο τρόπο επικοινωνίας του ΥΑ, να χρησιμοποιήσετε βοηθήματα επικοινωνίας (π.χ. εικόνες), να εξηγήσετε προσφέροντας συγκεκριμένα παραδείγματα, να εστιάσετε στην παρατηρήσιμη συμπεριφορά και να ελέγχετε συχνά την κατανόηση του ΥΑ.</p>
<p>Η συζήτηση με το ΥΑ για την αγάπη και τις σχέσεις απαιτεί ξεκάθαρη σκέψη και συναισθηματική ωριμότητα από την πλευρά του υποστηρικτή.</p>	<p>Πόσο καλά καταρτισμένος είναι ο Υποστηρικτής για να διερευνήσει τέτοια θέματα με το ΥΑ;</p>	<p>Θα ήταν λογικό για το ΥΑ να επιλέξει έναν υποστηρικτή σε κοντινή με τον ίδιο ηλικία και με τον οποίο αισθάνεται άνετα να μιλήσει για τέτοιου είδους θέματα. Αυτό επιφορτίζει τον υποστηρικτή με μια μεγάλη ευθύνη: να εκπληρώσει τις προσδοκίες του ΥΑ, να του δώσει σωστές κατευθύνσεις και να του συμπαρασταθεί. Ο υποστηρικτής δεν πρέπει μόνο να αισθάνεται ικανός, αλλά πρέπει και στην πραγματικότητα να είναι ικανός να το κάνει.</p>

	<p>Αυτό μπορεί να απαιτεί από τον υποστηρικτή να ζητήσει καθοδήγηση από έναν πιο έμπειρο επαγγελματία, δείχνοντας ταυτόχρονα σεβασμό στην εμπιστοσύνη του ΥΑ. Δεν θα ήταν παράλογο για έναν υποστηρικτή που ήδη εργάζεται αποτελεσματικά σε άλλους τομείς της ΥΛΑ να δηλώσει πως «Δεν είμαι ο καλύτερος άνθρωπος για να το διαχειριστεί - καλύτερα να βρεθεί κάποιος άλλος».</p>
--	--

► **Υποστηρίζοντας το ΥΑ στη λήψη ενημερωμένων αποφάσεων**

 ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΘΕΙ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΕΙ ΤΟ ΥΑ	 ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΑ
<p>Η αγάπη αποτελείται τόσο από πράξεις όσο και από συναισθήματα. Στις ερωτικές σχέσεις χρειάζεται να συμπεριφερόμαστε με συγκεκριμένο τρόπο, που εξαρτάται από τη φύση και το στάδιο της σχέσης μας. Τα συναισθήματα αυξάνονται επίσης ανάλογα με το στάδιο της σχέσης (π.χ. μια γνωριμία μπορεί να γίνει φίλια και μια φίλια μπορεί να γίνει ερωτική σχέση).</p>	<p>Πώς αντιλαμβάνεται το ΥΑ την έννοια της αγάπης; Έχει επίγνωση των συναισθημάτων που μπορούν να οριστούν ως «αγάπη»; Πώς μπορεί κάποιος να δείξει την αγάπη μέσα από τις πράξεις του;</p>
<p>Οι συγκρούσεις είναι κάτι φυσιολογικό όταν έχουμε μία στενή σχέση με κάποιον. Και πάλι, υπάρχει ένας συγκεκριμένος τρόπος συμπεριφοράς κατά τη διάρκεια μιας σύγκρουσης, εάν θέλουμε να λυθεί το πρόβλημα χωρίς να βλάψουμε τη σχέση.</p>	<p>Πώς καταλαβαίνουμε ότι έχουμε μπει σε σύγκρουση; Ποιοι είναι οι κατάλληλοι (π.χ. συζήτηση για το πρόβλημα) και ποιοι ακατάλληλοι τρόποι (π.χ.: φωνές, σπρώξιμο, κ.λπ.) χειρισμού της σύγκρουσης; Ποιες είναι οι συνέπειες κάθε τρόπου;</p>
<p>Η αγάπη μπορεί να πάρει πολλές μορφές, και για κάθε μορφή, υπάρχει μια διαφορετική σχέση. Μπορεί να επιλέξουμε να είμαστε φίλοι με κάποιον, μπορεί να επιλέξουμε να είμαστε ζευγάρι, και αν επιλέξουμε να είμαστε ζευγάρι, μπορεί να επιλέξουμε να έχουμε σεξουαλική σχέση ή όχι.</p>	<p>Ποια είδη αγάπης έχει παρατηρήσει γύρω του το ΥΑ; Γνωρίζει για τα διαφορετικά είδη αγάπης και για τα διαφορετικά συναισθήματα και συμπεριφορές που περιλαμβάνει το κάθε ένα;</p>
<p>Μερικές φορές το ΥΑ μπορεί να αισθάνεται σύγχυση με τα διαφορετικά είδη αγάπης. Μπορεί να αναπτύξει ρομαντικά συναισθήματα για έναν συγγενή ή έναν δάσκαλο.</p>	<p>Γνωρίζει το ΥΑ τους κοινωνικούς κανόνες σχετικά με τις στενές σχέσεις; Υπάρχει τρόπος να ενημερωθεί χωρίς να πληγωθεί;</p>
<p>Οι αντιλήψεις του ΥΑ για την αγάπη και τις σεξουαλικές σχέσεις μπορεί να προέρχεται από μη ρεαλιστικές πηγές (π.χ. βιβλία, ταινίες κ.λπ.). Θα πρέπει να διευκρινιστεί πώς είναι η αγάπη και ο έρωτας στον πραγματικό κόσμο.</p>	<p>Είναι ρεαλιστική η ιδέα του ΥΑ για την αγάπη; Τι ψάχνει; Είναι διατεθειμένο να συμβιβαστεί;</p>

<p>Καλό θα ήταν οι σχέσεις να είναι αμοιβαίες. Αυτή είναι μια δύσκολη έννοια για τα ΑμεΑ, καθώς έχει να κάνει με την απόκτηση γνώσης σχετικά με τις επιθυμίες και τη συμπεριφορά των άλλων, και τον διαχωρισμό των επιθυμιών και συμπεριφορών αυτών, από τις δικές του.</p>	<p>Καταλαβαίνει το ΥΑ ότι οι σχέσεις έχουν να κάνουν με την ισότητα και ότι δύο άνθρωποι σε μία σχέση δίνουν ο ένας στον άλλο και παίρνουν ο ένας από τον άλλο; Μήπως το ΥΑ μόνο δίνει ή μόνο παίρνει;</p>
<p>Ένα άλλο σημαντικό θέμα σχετικά με τις σχέσεις είναι να μάθει κανείς να προστατεύει τα προσωπικά του όρια και να σέβεται τα όρια των άλλων. Η έννοια της συναίνεσης είναι μια δύσκολη έννοια που θα πρέπει να εξηγηθεί στο ΥΑ. Το ΥΑ θα πρέπει να γνωρίζει ότι ο υποστηρικτής θα είναι πρόθυμος να ακούσει για οτιδήποτε συμβεί χωρίς τη συγκατάθεση του ΥΑ, αλλά μόνο εάν το ΥΑ θελήσει να του το πει.</p>	<p>Γνωρίζει το ΥΑ ποια είναι τα προσωπικά του όρια; Έχει μάθει πότε και πώς να λέει «όχι»; Έχει μάθει να σέβεται τα όρια των άλλων; Πώς αντιδρά το ΥΑ όταν κάποιος του λέει «όχι»;</p>
<p>Οι ερωτικές σχέσεις μπορεί να διαρκέσουν για μεγάλο διάστημα, αλλά οι περισσότερες από αυτές δεν διαρκούν για πάντα. Το ΥΑ θα πρέπει να κατανοήσει ότι ο χωρισμός, και τα συναισθήματά απογοήτευσης ή λύπης μετά το τέλος μιας σχέσης, είναι κάτι φυσιολογικό.</p>	<p>Ποιες είναι οι προσδοκίες του ΥΑ για μια πιθανή σχέση; Γνωρίζει ότι πολλές σχέσεις τελειώνουν; Είναι συναισθηματικά προετοιμασμένο να βιώσει μια ερωτική απογοήτευση;</p>

► Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για οικογενειακούς φροντιστές</u>	<u>Η προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Οι οικογενειακοί φροντιστές συχνά δεν μπορούν να φανταστούν το παιδί τους με αναπηρία ως ένα άτομο που θα μπορούσε να ερωτευτεί, να ξεκινήσει μία σχέση ή να αναπτύξει κάποιο συναισθηματικό δεσμό.</p>	<p>Ο Είναι το παιδί μου έτοιμο να εμπλακεί σε μια ερωτική σχέση;</p>	<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορεί να έχετε την τάση να προστατεύετε το παιδί σας με αναπηρία από κάθε πιθανό κίνδυνο, θεωρώντας πως ίσως δεν είναι αρκετά ώριμο ώστε να φροντίσει τον εαυτό του. Ωστόσο, το πλαίσιο της ΥΛΑ υποστηρίζει ότι το παιδί σας είναι ένας ενήλικας που μπορεί να κάνει ενημερωμένες επιλογές για τον εαυτό του/της.</p> <p>Αυτό που μπορείτε να κάνετε ως οικογενειακός φροντιστής, είναι να προσφέρετε στο παιδί σας πληροφορίες σχετικά με το τι πραγματικά σημαίνει να είναι κανείς ερωτευμένος ή σε σχέση: βοηθήστε το να καταλάβει τι σημαίνει αγάπη, τι είδη αγάπης υπάρχουν, πώς εκφράζονται μέσα από τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά. Μπορείτε να συμπεριλάβετε το παιδί σας σε κοινωνικές περιστάσεις που εστιάζουν στην έκφραση αγάπης και δίνουν μια ρεαλιστική οπτική για το πώς είναι οι σχέσεις.</p>

		<p>Αφού το παιδί σας καταλάβει τι σημαίνει «αγάπη» και «σχέση», θα είναι σε θέση να αποφασίσει τι θέλει για τον εαυτό του/της; Ο Υποστηρικτής και ο Διαμεσολαβητής είναι υπεύθυνοι να διασφαλίσουν ότι το παιδί σας θα λάβει μια ενημερωμένη απόφαση, και μπορούν να σας βοηθήσουν με τυχόν φόβους ή αμφιβολίες που μπορείτε να έχετε.</p>
<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, είναι φυσικό να έχετε προσδοκίες για το πώς θα θέλατε να είναι η ζωή του παιδιού σας. Μπορεί να θεωρείτε ότι το να είναι σε μια σχέση αποτελεί για το παιδί σας πηγή ευτυχίας και ασφάλειας ότι το παιδί σας θα «έχει κάποιον». Ωστόσο, αυτή είναι η προσωπική σας ερμηνεία της ευτυχίας.</p>	<p>Τι θα γίνει αν το παιδί μου δεν θέλει να δημιουργήσει μια ερωτική σχέση; Θέλω να είναι ευτυχημένο!</p>	<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορεί να επιθυμείτε να δείτε το παιδί σας σε μια ερωτική σχέση γεμάτη αγάπη. Ωστόσο, αυτή μπορεί να μην είναι η επιθυμία του παιδιού σας. Σύμφωνα με το πλαίσιο της ΥΛΑ, το παιδί σας είναι ελεύθερο να επιλέξει το είδος της σχέσης που του ταιριάζει καλύτερα.</p> <p>Αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να βοηθήσετε το παιδί σας να ανακαλύψει τα είδη των σχέσεων που μπορεί να δημιουργήσει (φιλία, πλατωνική σχέση, σεξουαλική σχέση κ.λπ.). Διερευνήστε τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα κάθε είδους σχέσης με το παιδί σας και τις πιθανές συνέπειες καθεμιάς από αυτές (π.χ. μια πλατωνική σχέση δεν θα καταλήξει στην απόκτηση παιδιών, μια σεξουαλική επαφή δεν θα καλύψει την ανάγκη για συναισθηματική οικειότητα κ.λπ.), ώστε το παιδί σας να μπορεί να κάνει μία ενημερωμένη επιλογή για τον εαυτό του.</p>
<p>Ως οικογενειακοί φροντιστές, είναι κατανοητό ότι μπορεί να έχετε φόβους και ανησυχίες σχετικά με την εμπλοκή του παιδιού σας σε μια ερωτική σχέση. Θα ήταν χρήσιμο να αναλογιστείτε κατά πόσο αυτοί οι φόβοι και τα άγχη καθοδηγούν τη συμπεριφορά σας και μπορεί να σας οδηγήσουν στο να επιβάλλετε τις απόψεις σας.</p>	<p>Τι θα γίνει αν η σχέση τελειώσει και ραγίσει την καρδιά του παιδιού μου; Ίσως είναι καλύτερα να μην κάνει καθόλου σχέση ...</p>	<p>Είναι φυσικό να έχετε την τάση να προστατεύετε το παιδί σας από πιθανούς κινδύνους. Καθώς το παιδί σας μπαίνει στον κόσμο των σχέσεων, μπορεί να νιώθετε φόβο για την πιθανότητα ενός χωρισμού που θα κοστίσει την ευτυχία του.</p> <p>Ωστόσο, το πλαίσιο της ΥΛΑ υποστηρίζει ότι αυτό το ενδεχόμενο δεν θα πρέπει να αποτελεί εμπόδιο εάν το παιδί σας θέλει να συνάψει μια σχέση. Ο ρόλος σας είναι να ενημερώσετε το παιδί σας για τη φυσική πορεία των σχέσεων, για το γεγονός ότι ένας χωρισμός είναι συχνά μια πιθανότητα, και για το τι σημαίνει στην πραγματικότητα ένας χωρισμός πρακτικά και συναισθηματικά. Μετά από αυτό, το παιδί σας είναι ελεύθερο να κάνει την επιλογή να συνάψει μία σχέση με το ρίσκο που αυτή συνεπάγεται – όπως άλλωστε κάνουμε όλοι μας.</p>

ΥΛΑ & Αντισύλληψη, Διατήρηση Της Γονιμότητας Και Δημιουργία Οικογένειας

► Γενικές σκέψεις σχετικά με την αντισύλληψη, τη διατήρηση της γονιμότητας και τη δημιουργία οικογένειας

Η αντισύλληψη είναι η εσκεμμένη χρήση τεχνητών μεθόδων ή άλλων τεχνικών για την πρόληψη της εγκυμοσύνης ως συνέπεια της σεξουαλικής επαφής. Οι κύριες μέθοδοι τεχνητής αντισύλληψης είναι:

- » οι μέθοδοι φραγμού, από τις οποίες η πιο κοινή είναι το προφυλακτικό
- » το αντισυλληπτικό χάπι, το οποίο περιέχει τεχνητές ορμόνες που παρεμποδίζουν την ωορρηξία στη γυναίκα
- » οι ενδομήτριες συσκευές, όπως τα σπειράματα (σπιράλ), που παρεμποδίζουν την εμφύτευση του γονιμοποιημένου ωαρίου στη μήτρα
- » η στείρωση ανδρών ή γυναικών
- » το αντισυλληπτικό εμφύτευμα που αναστέλλει την ωορρηξία, δηλαδή παρεμποδίζει την απελευθέρωση των ωαρίων από τις ωοθήκες
- » η χρήση αντισυλληπτικού επιθέματος που παρεμποδίζει την ωορρηξία (απελευθέρωση ωαρίου)
- » η χρήση κολπικού δακτυλίου που λειτουργεί αναστέλλοντας την ωορρηξία, δηλαδή παρεμποδίζοντας την απελευθέρωση των ωαρίων από τις ωοθήκες
- » η χρήση διαφράγματος που εμποδίζει το σπέρμα να έρθει σε επαφή με τον τράχηλο της μήτρας
- » η ενέσιμη ορμονική αντισύλληψη που αναστέλλει την ωορρηξία και μεταβάλλει την τραχηλική βλέννα.

Το θέμα της αντισύλληψης σχετίζεται και αλληλεπικαλύπτεται με άλλους τομείς, όπως η φροντίδα του σώματος, η διατήρηση της γονιμότητας, η δημιουργία οικογένειας και η δημιουργία σεξουαλικών ή/και ερωτικών σχέσεων. Η αντισύλληψη δεν μπορεί να απομονωθεί από όλα τα παραπάνω. Η αντισύλληψη πρέπει επίσης να συμπεριλαμβάνεται στο πλαίσιο της πληροφόρησης σχετικά με τις αναπαραγωγικές διαδικασίες, την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και τη γονεϊκότητα.

► Γενικές σκέψεις σχετικά με την αντισύλληψη, τη διατήρηση της γονιμότητας και τη δημιουργία οικογένειας για τα άτομα με αναπηρία

Υπάρχουν σίγουρα πολλές μορφές αναπηρίας που δεν εμποδίζουν κάποιον από το να ζήσει μια πλήρη και ολοκληρωμένη ζωή και από το να λαμβάνει σημαντικές αποφάσεις - όπως ο γάμος και η απόκτηση παιδιών.

Τα άτομα με αναπηρία δεν είναι μία ομοιογενής ομάδα, επομένως απαιτείται ο καθορισμός συγκεκριμένων παραμέτρων που να ανταποκρίνονται στις διαφορετικές και αναγνωρίσιμες ανάγκες τους.

Το ζήτημα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας τους πρέπει να εξεταστεί ταυτόχρονα όχι μόνο σε ένα ευρύ γενικό πλαίσιο που ενισχύει την προσωπική τους αυτονομία και τους επιτρέπει να ενσωματωθούν στην κοινωνία, αλλά και σε ένα εξατομικευμένο πλαίσιο, λαμβάνοντας υπόψη κάθε περίπτωση ξεχωριστά, καθώς το κάθε άτομο είναι διαφορετικό και μοναδικό.

Η διαδικασία αξιολόγησης των συνεπειών της σεξουαλικότητας και του κινδύνου εγκυμοσύνης και η επακόλουθη επιλογή της μεθόδου αντισύλληψης θα πρέπει να εμπλέκει το άτομο με αναπηρία και τη συμβουλευτική ομάδα οικογενειακού προγραμματισμού. Επίσης, εάν ζητηθεί από το υποστηριζόμενο άτομο ή απαιτείται νομικά, μπορούν να συμπεριληφθούν τα μέλη της οικογένειας οι κηδεμόνες, οι φορείς υποστήριξης, και άλλοι σχετικοί επαγγελματίες υγείας. Είναι απαραίτητο να αξιολογηθεί ο βαθμός της αυτονομίας και οι πιθανοί κίνδυνοι, με τη συνεργασία της οικογένειας και των φορέων υποστήριξης, δίνοντας προτεραιότητα στις πιο αποτελεσματικές μεθόδους αντισύλληψης.

Η διατήρηση της γονιμότητας και η δημιουργία οικογένειας αποτελούν θεμελιώδη δικαιώματα για όλα τα άτομα, συμπεριλαμβανομένων των ΑμεΑ. Επιπλέον, ο καθένας έχει το δικαίωμα να αποφασίσει αν θέλει να αποκτήσει παιδιά ή όχι, καθώς και το πόσα παιδιά θέλει και με τί απόσταση μεταξύ τους. Για την άσκηση αυτού του δικαιώματος απαιτείται πρόσβαση σε υπηρεσίες που διασφαλίζουν την υγεία και την ευημερία, συμπεριλαμβανομένων των υπηρεσιών σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας που σχετίζονται με την εγκυμοσύνη, την αντισύλληψη, τη γονιμότητα, τη διακοπή της εγκυμοσύνης και την υιοθεσία.

Όσον αφορά στα άτομα με αναπηρία, η χρήση και η ρύθμιση της αντισύλληψης έχει ευρείες επιπτώσεις στον τομέα της προγραμματισμένης γονεϊκότητας και στα συμφέροντα των διαφορετικών εμπλεκόμενων μερών: του ατόμου με αναπηρία (ελευθερία, ενημέρωση, ιδιωτικότητα ...), των γονέων ή των κηδεμόνων του (που μπορεί να έχουν και νομική ή/και ηθική ευθύνη φροντίδας) και του οποιουδήποτε πιθανού μελλοντικού απογόνου.

Η αντισύλληψη, όταν χρησιμοποιείται κατάλληλα, είναι εξαιρετικά αποτελεσματική κατά της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης. Σε πολλές αντισυλληπτικές μεθόδους, τα αποτελέσματά είναι αναστρέψιμα. Η αντισύλληψη μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για τη θεραπεία πολλών συμπτωμάτων και διαταραχών που σχετίζονται με την έμμηνο ρύση. Από την άλλη πλευρά, κάποιες μέθοδοι αντισύλληψης ενδέχεται να μην προστατεύουν από ΣΜΝ, επομένως οι χρήστες πρέπει να γνωρίζουν καλά πώς να την εφαρμόζουν σωστά. Ορισμένες μέθοδοι αντισύλληψης ενδέχεται να απαιτούν μικροχειρουργικές επεμβάσεις ή/και τοποθέτηση συσκευών κάτω από το δέρμα. Κάποιες μπορεί να προκαλέσουν παρενέργειες όπως μη τακτικές εμμηνορροϊκές περιόδους, κατάθλιψη, νευρικότητα και αύξηση βάρους.

Το αντισυλληπτικό χάπι είναι επίσης γνωστό ότι ενέχει κινδύνους που σχετίζονται με καρδιαγγειακές παθήσεις και φλεβική θρομβοεμβολή.

► Τι λέει το Νομικό Πλαίσιο;

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Σε επίπεδο Ευρωπαϊκής Ένωσης, δεν υπάρχει ειδική νομοθεσία για την αντισύλληψη, εκτός από την αναγνώρισή της ως δικαιώματος και ως μέρους της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, καθώς και της συμπερίληψής της στην πρόσφατη Στρατηγική της ΕΕ για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (2021), [Strategy for the Rights of Persons with Disabilities \(2021\)](#), η οποία εντάσσεται στον Ευρωπαϊκό Πυλώνα Κοινωνικών Δικαιωμάτων έως το έτος 2030. Η Στρατηγική αυτή αιτείται βελτιώσεις ως προς την προσβασιμότητα των ατόμων με αναπηρία σε υπηρεσίες σεξουαλικής και αναπαραγωγικής περίθαλψης και πρόληψης. Στο ίδιο πνεύμα, επικαλούμενες τα ανθρώπινα δικαιώματα, καθώς και τη δημόσια υγεία, την κοινωνική πολιτική και οικονομικές παραμέτρους, πολλές χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης στοχεύουν να κάνουν τα αντισυλληπτικά οικονομικά προσιτά, και τις πληροφορίες για την αντισύλληψη ευρέως διαθέσιμες, [με το Βέλγιο και τη Γαλλία να πρωτοστατούν σε αυτό το θέμα](#).

Ωστόσο, σε άλλα κράτη μέλη, η προσβασιμότητα σε μεθόδους αντισύλληψης παραμένει ζήτημα, διότι σε αρκετές χώρες είτε δεν υπάρχει ένα ενιαίο νομικό πλαίσιο για την αναπαραγωγική υγεία και τα αναπαραγωγικά δικαιώματα, ή παραμένει ιδιαίτερα περιοριστικό. Το πιο σημαντικό, και ίσως ως αποτέλεσμα, είναι ότι τα αντισυλληπτικά δεν καλύπτονται από την δημόσια ασφάλιση, γεγονός που τα καθιστά μη προσβάσιμα για πολλές γυναίκες. Σε αυτό το πλαίσιο, το [Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο κάλεσε τα κράτη μέλη](#) να εξασφαλίσουν καθολική πρόσβαση στη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία στην ΕΕ, διασφαλίζοντας τη διαθεσιμότητα οικονομικά προσιτών, υψηλής ποιότητας μεθόδων αντισύλληψης, οικογενειακού προγραμματισμού και πληροφοριών για την αντισύλληψη ανεξαρτήτως φύλου, σεξουαλικό προσανατολισμού, υγείας, αναπηρίας ή οικογενειακής κατάστασης.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Η ελληνική νομοθεσία σχετικά με την αντισύλληψη και τη δημιουργία οικογένειας εστιάζει περισσότερο στους νόμους γύρω από το δικαίωμα οικειοθελούς τερματισμού της κύησης.

Ο εθνικός νόμος 1609/1986 θεσπίστηκε για να διασφαλίσει το δικαίωμα των γυναικών στη διακοπή της κύησης και την προστασία της ευημερίας τους. Το άρθρο 2 του νόμου αυτού ορίζει ότι ο τεχνητός τερματισμός της εγκυμοσύνης δεν παραβιάζει το νόμο, εάν πραγματοποιείται με τη συγκατάθεση της εγκύου και εάν η εγκυμοσύνη συνιστά «σημαντικό κίνδυνο για τη σωματική ή/και τη συναισθηματική της υγεία». Παρόλο που ο νόμος αυτός περιέχει ορισμένες παραμέτρους σχετικά με το δικαίωμα διακοπής της εγκυμοσύνης (π.χ. σύμφωνη γνώμη ιατρού), ο νόμος 5.1 της Ελληνικής Νομοθεσίας δρα υποστηρικτικά για την προώθηση της προσωπικής επιλογής των γυναικών, προστατεύοντας την προσωπική ελευθερία και την αυτοδιάθεση κάθε Έλληνα πολίτη.

Ακόμα, το άρθρο 12 του Εθνικού Νόμου 3418/2005 ορίζει ότι καμία ιατρική πράξη δεν επιτρέπεται να διενεργείται χωρίς τη συγκατάθεση του ατόμου που υποβάλλεται στη διαδικασία. Εάν το άτομο δεν έχει την ικανότητα να παράσχει ενημερωμένη συγκατάθεση για τον εαυτό του, η συγκατάθεση δίνεται από τον νομικό εκπρόσωπο ή την οικογένειά του. Ωστόσο, ο νόμος ορίζει ότι «σε κάθε περίπτωση, ο ιατρός θα πρέπει να προσπαθήσει να

διασφαλίσει την εκούσια συμμετοχή του ατόμου, ειδικά εάν αυτό είναι σε θέση να κατανοήσει τους κινδύνους, τις συνέπειες και τα αποτελέσματα της διαδικασίας». Αυτό έχει προεκτάσεις για τα υποστηριζόμενα άτομα όχι μόνο όσον αφορά στη διακοπή της εγκυμοσύνης, αλλά και στον τομέα της αντισύλληψης γενικότερα.

Τέλος, σύμφωνα με το άρθρο 1.2 του Εθνικού Νόμου 1609/1986, το Υπουργείο Υγείας είναι αρμόδιο για την ενημέρωση σχετικά με την αντισύλληψη με επιστημονικά αποδεδειγμένες μεθόδους, τις συνέπειες της διακοπής της εγκυμοσύνης και την εκούσια τεκνοποίηση.



► Ερωτήσεις για Υποστηρικτές

Κεντρικά θέματα γύρω από τη διαδικασία ΥΛΑ που πρέπει να εξετάσουν οι υποστηρικτές κατά τη διαμόρφωση του πλαισίου υποστήριξής τους

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση του SMARTS</u>
<p>Κατανοώντας τους λόγους για την χρήση αντισύλληψης</p> <p>Η υποστήριξη αποφάσεων σχετικά με την αντισύλληψη προϋποθέτει την επιθυμία του ΥΑ για σεξουαλικές σχέσεις και αποφυγή της εγκυμοσύνης και της γονεϊκότητας. Αυτές οι υποθέσεις θα πρέπει να ελεγχθούν.</p>	<p>Πώς μπορώ να βεβαιωθώ ότι κατανοώ τις επιθυμίες του ΥΑ σχετικά με την αντισύλληψη και τη γονεϊκότητα;</p>	<p>Ο υποστηρικτής θα πρέπει να διευκρινίσει με το ΥΑ τους λόγους για τους οποίους θέλει να επιλέξει μέθοδο αντισύλληψης.</p> <p>Το ΥΑ θα πρέπει να γνωρίζει ότι κάθε επιλογή αντισύλληψης έχει διαφορετικές επιπτώσεις στον οικογενειακό προγραμματισμό και επομένως η αντισύλληψη θα πρέπει να συνάδει με τις επιθυμίες του ΥΑ πάνω σε αυτό το θέμα.</p> <p>Οι επιλογές αντισύλληψης θα πρέπει να συζητούνται με σεβασμό στις επιθυμίες του ΥΑ σχετικά με την γονεϊκότητα.</p>
<p>Επιλέγοντας την καλύτερη μέθοδο αντισύλληψης</p> <p>Υπάρχει μια μεγάλη ποικιλία μεθόδων αντισύλληψης: κάποιες είναι μόνιμες, άλλες για μεγάλο χρονικό διάστημα. Ορισμένοι τύποι πρέπει να εφαρμόζονται καθημερινά. Υπάρχουν πολλοί τρόποι εφαρμογής: καταπίνονται ως χάπι κάθε μέρα, τοποθετούνται στον κόλπο από τη γυναίκα, εφαρμόζονται ενέσιμα στο χέρι ή τους γλουτούς, εμφυτεύονται κάτω από το δέρμα, τοποθετούνται στη μήτρα από νοσοκόμα ή γιατρό.</p>	<p>Πώς μπορώ να υποστηρίξω το ΥΑ ώστε να επιλέξει την καταλληλότερη μέθοδο αντισύλληψης για αυτόν/αυτήν;</p>	<p>Αρχικά ξεκινήστε με την αξιολόγηση των αναγκών του ΥΑ σε σχέση με την αντισύλληψη. Στη συνέχεια συζητήστε λεπτομερώς τους υπόλοιπους τύπους αντισύλληψης σε σχέση με:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) το πώς λαμβάνονται, 2) τις διαδικασίες που απαιτούνται, 3) το κόστος, 4) το επίπεδο αποτελεσματικότητας, 5) την αναστρεψιμότητα, 6) τα επιπλέον μη αντισυλληπτικά οφέλη/ τις παρενέργειες. Δείξτε δείγματα και κάντε επίδειξη της χρήσης τους με σκίτσα και μοντέλα σώματος. Αποκλείστε αυτά που το ΥΑ δεν θέλει να χρησιμοποιήσει.

<p>Ορισμένοι τύποι αντισύλληψης κοστίζουν περισσότερο από άλλους. Δεν βοηθούν όλες οι μέθοδοι αντισύλληψης στην πρόληψη των ΣΜΝ.</p>		<p>Συζητήστε εάν υπάρχει ανάγκη χρήσης προφυλακτικών για προστασία από ΣΜΝ. Ο υποστηρικτής θα χρειαστεί λεπτομερή γνώση τέτοιων θεμάτων και μπορεί επίσης (με τη συγκατάθεση του ΥΑ) να αξιοποιήσει τη βοήθεια ενός επαγγελματία υγείας με τα κατάλληλα προσόντα.</p>
<p>Προσεγγίζοντας το θέμα της ενημερωμένης συγκατάθεσης. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι οικογένειες/κηδεμόνες φοβούνται ότι οι κόρες τους με αναπηρία μπορεί να μείνουν έγκυες και σε όποτε και ενδέχεται να υποστηρίξουν την εφαρμογή μεθόδων αντισύλληψης εν αγνοία τους.</p>	<p>Μπορώ να υποστηρίξω την παροχή αντισυλληπτικών μεθόδων στο ΥΑ χωρίς τη γνώση και τη συγκατάθεσή του;</p>	<p>Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία της 13ης Δεκεμβρίου 2006, που επικυρώθηκε από την Ισπανία/Ελλάδα/Πορτογαλία, κατοχυρώνει την υποχρέωση των Συμβαλλόμενων Κρατών να σέβονται «το δικαίωμα των ατόμων με αναπηρία να αποφασίζουν ελεύθερα και υπεύθυνα τον αριθμό των παιδιών που επιθυμούν να κάνουν [...] και να έχουν πρόσβαση σε κατάλληλες για την ηλικία τους πληροφορίες και εκπαίδευση για την αναπαραγωγή και τον οικογενειακό προγραμματισμό, εφόσον παρέχονται τα απαραίτητα μέσα που τους επιτρέπουν να ασκούν αυτά τα δικαιώματα», καθώς και με ίσους όρους σε σχέση με τα άλλα άτομα.</p> <p>Η χρήση μεθόδων αντισύλληψης δεν πρέπει να συμβαίνει χωρίς τη γνώση και τη συγκατάθεση του ΥΑ. Οι υποστηρικτές θα πρέπει να βοηθούν τις οικογένειες/τους κηδεμόνες να βρουν τον κατάλληλο τρόπο για να ενημερώσουν το ΥΑ για τα πλεονεκτήματα της αντισύλληψης και να επιτύχουν μια κοινή συμφωνία με το ΥΑ για αυτό το θέμα.</p>

► Υποστηρίζοντας το ΥΑ στη Λήψη Ενημερωμένων Αποφάσεων

 <p>ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΘΕΙ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΕΙ ΤΟ ΥΑ</p> <p>Σχετικά με τις μεθόδους αντισύλληψης:</p>	 <p>ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΑ</p> <p>Σχετικά με τις μεθόδους αντισύλληψης:</p>
<p>Το ΥΑ πρέπει να γνωρίζει ότι η καλύτερη μέθοδος αντισύλληψης είναι αυτή που είναι ασφαλής και που είναι σε θέση να χρησιμοποιεί με άνεση, με συνέπεια και σωστά. Το ΥΑ θα πρέπει να γνωρίζει και να κατανοεί τα ακόλουθα:</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Γιατί χρειάζομαι αντισύλληψη; Θέλω πραγματικά ερωτική σχέση; » Θέλω να αποφύγω την εγκυμοσύνη, την τοκετό και την γονεϊκότητα;

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> » Τις διαφορές ανάμεσα στις μεθόδους αντισύλληψης. Υπάρχουν πολλές διαφορετικές μέθοδοι αντισύλληψης. Πρέπει να τις γνωρίσετε! » Κατανοώ πώς οι διάφορες μέθοδοι αντισύλληψης (μόνιμες/προσωρινές) συνδέονται με τη δημιουργία οικογένειας; » Ποιες είναι οι παρενέργειες και ποια είναι η ανοχή σας σε αυτές; Εξετάστε την ανοχή σας στις πιθανές παρενέργειες που σχετίζονται με μια συγκεκριμένη μέθοδο αντισύλληψης σε συνάρτηση με την ηλικία και το ιστορικό υγείας σας » Το κόστος των διαφορετικών μεθόδων αντισύλληψης. Ποιες μπορείτε να υποστηρίξετε οικονομικά; » Προστασία από ΣΜΝ; Τα ανδρικά και γυναικεία προφυλακτικά είναι οι μόνες μέθοδοι αντισύλληψης που προσφέρουν προστασία από τα ΣΜΝ. Εκτός εάν είστε σε μια αμοιβαία μονογαμική σχέση και έχετε ελεγχθεί για σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, είναι σημαντικό να χρησιμοποιείτε ένα καινούργιο προφυλακτικό κάθε φορά που κάνετε σεξ, σε συνδυασμό με οποιαδήποτε άλλη μέθοδο αντισύλληψης χρησιμοποιείτε. » Πρόσθετα οφέλη. Εκτός από την πρόληψη της εγκυμοσύνης, ορισμένα αντισυλληπτικά παρέχουν οφέλη, όπως πιο προβλέψιμους, ελαφρύτερους εμμηνορροϊκούς κύκλους. » Γνωρίζω τι να κάνω εάν κάτι δεν πάει καλά στην αντισύλληψη (π.χ. εάν σπάσει το προφυλακτικό ή εάν ξεχάσω να πάρω το αντισυλληπτικό μου χάπι;) | <ul style="list-style-type: none"> » Θέλω αυτή η μέθοδος αντισύλληψης να είναι μόνιμη ή θέλω να κρατήσω τις επιλογές μου ανοιχτές σχετικά με τη γονεϊκότητα στο μέλλον; » Θέλω να μοιραστώ αυτές τις πληροφορίες με την οικογένεια ή τους φίλους μου; Θα μπορούσαν να με βοηθήσουν να σκεφτώ για αυτά τα ζητήματα ή θα θέλουν να αποφασίσουν εκείνοι για αυτό που πιστεύουν ότι είναι καλύτερο για εμένα; » Έχω έναν επαγγελματία υγείας τον οποίον εμπιστεύομαι να με υποστηρίξει να λάβω τις αποφάσεις μου και να τις εφαρμόσω; Μπορώ να βρω έναν; » Έχω αρκετές πληροφορίες, σε προσβάσιμη μορφή, για τις διάφορες επιλογές, για τα πλεονεκτήματα, τα μειονεκτήματά και τις επιπτώσεις τους; » Ο σεξουαλικός σύντροφός μου αποδέχεται την επιλεγμένη μέθοδο αντισύλληψης; Ο σεξουαλικός σύντροφός μου μπορεί να έχει προτιμήσεις αντισύλληψης παρόμοιες ή διαφορετικές από τις δικές μου. Συζητάω τις επιλογές αντισύλληψης με τον σύντροφό μου για να προσδιορίσουμε ποια μέθοδος είναι αποδεκτή και για τους δύο μας |
|---|--|

Σχετικά με την προγραμματισμένη τεκνοποιία

Σχετικά με την προγραμματισμένη τεκνοποιία

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> » Κάποιες γυναίκες θέλουν να γίνουν μητέρες, και κάποιες άλλες όχι. Είναι σημαντικό να αποφασίσετε για τον εαυτό σας αν θέλετε να γίνετε μητέρα ή όχι. Επίσης συμφωνεί ο σύντροφός μου με την απόφασή μου όσον αφορά τη μητρότητα; Αν όχι, ποιο είναι το σχέδιό μου; » Είναι σημαντικό για μια γυναίκα να προσέχει την υγεία της αν θέλει να αποκτήσει μωρό. Μια εγκυμοσύνη σημαίνει ότι θα συμβούν πολλές σωματικές αλλαγές. | <ul style="list-style-type: none"> » Ποιοι είναι οι στόχοι μου σχετικά με την αναπαραγωγή; Για παράδειγμα, πόσα παιδιά θέλω και πότε θέλω να μείνω έγκυος; » Συζητάω τα καλά και τις δυσκολίες σχετικά με το να είμαι μητέρα ή πατέρας. Κατανοώ τι σημαίνει να είμαι γονιός; Ποια θα είναι τα καθήκοντά μου; |
|--|--|

- » Το να είναι κανείς γονιός μπορεί να είναι πολύ ευχάριστο, αλλά χρειάζεται επίσης σκληρή δουλειά και φέρνει μεγάλες αλλαγές στον τρόπο ζωής και για τους δύο γονείς.
- » Είναι πολύ σημαντικό να μπορείτε να φροντίζετε το παιδί σας. Ένα παιδί χρειάζεται προσοχή, τάισμα, πλούσιμο, ντύσιμο και ένα ασφαλές σπίτι για να ζήσει.
- » Το μωρό θα μεγαλώσει. Θα γίνει παιδί, μετά έφηβος και μετά ενήλικας. Θα έχει διαφορετικές ανάγκες σε διαφορετικές ηλικίες.
- » Θα μπορέσω να φροντίσω το παιδί μου μόνος/μόνη μου ή θα χρειαστώ υποστήριξη; Ποιος μπορεί να με υποστήριξη αν αποφασίσω να γίνω γονιός;
- » Συζητάω τη φροντίδα πριν από τη σύλληψη και κατά την εγκυμοσύνη, συμπεριλαμβανομένης της διασφάλισης των επιπέδων βιταμίνης Β, του φολικού οξέος, της διατροφής και της άσκησης, του αλκοόλ, του καπνίσματος, των φαρμάκων.
- » Συζητάω τις επιλογές αντισύλληψης μέχρι να πάρεις την απόφαση να γίνεις γονιός.

► Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Χρησιμοποιώντας την ΥΛΑ για την αντισύλληψη και δημιουργία οικογένειας</p> <p>» Η χρήση αντισύλληψης και η δημιουργία οικογένειας είναι δύο αλληλένδετα ζητήματα. Οι αποφάσεις για το ένα θέμα έχουν αντίκτυπο στις αποφάσεις για το άλλο.</p>	<p>Ποιοι είναι οι λόγοι που πιστεύω ότι το ΥΑ πρέπει/δεν πρέπει να χρησιμοποιεί αντισύλληψη;</p> <p>Συνδέονται οι λόγοι αυτοί με το ενδεχόμενο της δημιουργίας οικογένειας;</p> <p>Αποτελούν οι απόψεις μου εμπόδιο για την εφαρμογή της ΥΛΑ;</p>	<p>» Είναι φυσιολογικό να έχετε τις δικές σας απόψεις για την αντισύλληψη και τη δημιουργία οικογένειας. Ωστόσο, η ΥΛΑ βασίζεται στην ιδέα ότι το ΥΑ λαμβάνει τις αποφάσεις για τον εαυτό του/της.</p> <p>» Είναι αναγκαίο να προσδιορίσετε τις προσωπικές σας απόψεις, πεποιθήσεις και αξίες. Μπορείτε να σκεφτείτε το ΥΑ ως ένα σεξουαλικά ενεργό άτομο; Μπορείτε να αντιμετωπίσετε το ΥΑ ως πιθανό γονέα; Είναι πιθανό να προσπαθείτε να καθοδηγήσετε το ΥΑ προς μια συγκεκριμένη κατεύθυνση, όσον αφορά στις αποφάσεις για την αντισύλληψη και τη δημιουργία οικογένειας; Σε αυτήν την περίπτωση, οι απόψεις σας θα μπορούσαν να αποτελέσουν εμπόδιο για την ΥΛΑ.</p> <p>» Εάν πιστεύετε ότι οι προσωπικές σας πεποιθήσεις είναι πολύ ισχυρές, ο Υποστηρικτής, ο Διαμεσολαβητής ή ένας εκπαιδευμένος επαγγελματίας θα μπορούσε να σας προσφέρει τη βοήθεια που χρειάζεστε.</p>

Αναστοχαστείτε: ποια είναι τα συναισθήματα και οι απόψεις σας;

- » Η αντισύλληψη και η δημιουργία οικογένειας είναι θέματα που προκαλούν έντονα συναισθήματα στους οικογενειακούς φροντιστές, καθώς έχουν να κάνουν με την τωρινή και μελλοντική ευημερία του ΥΑ.
- » Είναι ένα θέμα που ξυπνά πολλούς φόβους, προβληματισμούς, αλλά και προσδοκίες στους οικογενειακούς φροντιστές. Είναι σημαντικό οι οικογενειακοί φροντιστές να αναστοχάζονται πάνω σε αυτούς και να τους αναγνωρίζουν

Ποιοι είναι οι κύριοι λόγοι για τους οποίους οι οικογενειακοί φροντιστές αντιτίθενται / υποστηρίζουν την αντισύλληψη; Πώς θα μπορούσε αυτό να επηρεάσει τη διαδικασία της ΥΛΑ και πώς μπορώ να λάβω υποστήριξη για να κατανοήσω και να αποδεχτώ οτιδήποτε αποφασίσει;

Υπάρχουν πολλοί παράγοντες που διαμορφώνουν τις απόψεις των οικογενειακών φροντιστών σχετικά με την αντισύλληψη και τη δημιουργία οικογένειας. Μερικοί από τους πιο συνηθισμένους είναι:

- » **Ηθικοί λόγοι.** Ο ηθικός σας κώδικας μπορεί να σας υπαγορεύει ότι δεν επιτρέπεται η χρήση αντισύλληψης ή γενικά η σεξουαλική επαφή για ευχαρίστηση/ εκτός γάμου.
- » **Φόβος.** Ίσως φοβάστε ότι εάν δεν έχετε τον έλεγχο στο θέμα της αντισύλληψης του ΥΑ, οι συνέπειες θα είναι κάποιο ΣΜΝ ή μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.
- » **Ανησυχίες για το μέλλον.** Μπορεί να ανησυχείτε σχετικά με την ικανότητα του ΥΑ να δημιουργήσει οικογένεια, να λειτουργήσει ως γονέας/να αναλάβει οικογενειακά καθήκοντα, καθώς και για το αν θα είστε σε θέση να προσφέρετε υποστήριξη.
- » **Δυσκολία να αντιμετωπίσετε το ΥΑ ως ένα σεξουαλικό άτομο:** μπορεί να δυσκολεύεστε να αποδεχτείτε ότι το ΥΑ είναι ένα άτομο με σεξουαλικές ανάγκες ή ένας μελλοντικός γονέας. Μπορεί ακόμα να τον/την θεωρείτε ανώριμο, αντί για ένα ενήλικο άτομο με ενήλικες ανάγκες.

Όπως ειπώθηκε προηγουμένως, είναι φυσιολογικό να έχετε αυτές τις απόψεις, όμως θα πρέπει να προσέξετε να μην τις επιβάλλετε στο ΥΑ. Ως οικογενειακός φροντιστής, αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να παρέχετε σαφείς και προσβάσιμες πληροφορίες στο ΥΑ, καθώς και να ενημερώσετε το ΥΑ για τις πιθανές συνέπειες κάθε απόφασης. Ωστόσο, η τελική επιλογή ανήκει στο ΥΑ.

Εάν νιώθετε ότι οι προσωπικές σας πεποιθήσεις είναι πολύ ισχυρές, ο Υποστηρικτής, ο Διαμεσολαβητής ή ένας εκπαιδευμένος επαγγελματίας θα μπορούσε να σας προσφέρει τη βοήθεια που χρειάζεστε.

<p>Πρακτική εφαρμογή της ΥΛΑ για την αντισύλληψη και δημιουργία οικογένειας</p> <ul style="list-style-type: none"> » Ακόμα κι αν υποστηρίζετε την ΥΛΑ ως ιδέα, μπορεί να σας είναι δύσκολο, ως οικογενειακός φροντιστής, να κάνετε τα βήματα προς την πρακτική της εφαρμογή. » Ο Υποστηρικτής και ο Διαμεσολαβητής είναι διαθέσιμοι για να σας βοηθήσουν εάν αντιμετωπίζετε δυσκολίες στην πρακτική υποστήριξη του ΥΑ για την εφαρμογή των αποφάσεών του/της 	<p>Καταλαβαίνω όλες τις επιλογές αντισύλληψης; Θα μπορέσω να δείξω κατανόηση αν ο γιος/η κόρη μου δεν θελήσει να μοιραστεί μαζί μου κάποιες προσωπικές πληροφορίες/αποφάσεις;</p> <p>Είμαι διατεθειμένος να υποστηρίξω έμπρακτα το ΥΑ στη χρήση της αντισύλληψης και τη δημιουργία οικογένειας (π.χ. προσφορά οικονομικής υποστήριξης, παροχή καθοδήγησης στο ρόλο του γονιού εάν μου ζητηθεί κ.λπ.)</p>	<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, υπάρχουν πολλά πράγματα που πρέπει να λάβετε υπόψη κατά την πρακτική εφαρμογή της ΥΛΑ στο θέμα της αντισύλληψης και της δημιουργίας οικογένειας:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Ο ρόλος σας στη διαδικασία της ΥΛΑ είναι να διασφαλίσετε ότι παρέχονται σωστές πληροφορίες στο ΥΑ. Αυτό ξεκινά με το να ενημερωθείτε επαρκώς εσείς οι ίδιοι. Μη διστάσετε να επικοινωνήσετε με επαγγελματίες που μπορούν να παρέχουν σε εσάς και/ή απευθείας στο ΥΑ πληροφορίες σχετικά με τις διάφορες μεθόδους αντισύλληψης, την εγκυμοσύνη, τη φροντίδα ενός μωρού, τα οικογενειακά καθήκοντα κ.λπ. (π.χ. ιατρικό προσωπικό, κοινωνικοί λειτουργοί κ.λπ). » Σκεφτείτε ποια πρακτική υποστήριξη αισθάνεστε άνετα να δώσετε στο ΥΑ και ποια σας φαίνεται εφικτή. Είστε πρόθυμοι να στηρίξετε οικονομικά το ΥΑ για τη δημιουργία οικογένειας; Είστε πρόθυμοι να παρακολουθείτε τη σωστή χρήση αντισύλληψης από το ΥΑ; <p>Είναι σημαντικό να δημιουργηθεί ένας οικογενειακός κύκλος υποστήριξης σε συνεργασία με το ΥΑ, όπου το κάθε μέλος της οικογένειας θα συμμετέχει με τρόπο που έχει συμφωνηθεί (για παράδειγμα, ένα ΥΑ που είναι άνδρας μπορεί να επιλέξει τον πατέρα του για να τον υποστηρίξει στη χρήση αντισύλληψης). Εάν το ΥΑ επιλέξει κάποιον εκτός του οικογενειακού κύκλου ως Υποστηρικτή, είναι σημαντικό να σεβαστείτε αυτήν την απόφαση, καθώς το ΥΑ μπορεί επιθυμεί να διατηρήσει ορισμένες πληροφορίες ιδιωτικές</p>
---	--	--



ΥΛΑ και φροντίδα του σώματος σου και σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα (ΣΜΝ)

► Γενικές παρατηρήσεις σχετικά με τη φροντίδα του σώματος και ΣΜΝ

Όλοι έχουν το καθήκον να αναλάβουν την ευθύνη για την υγεία τους. Η καθολική κάλυψη υγείας σημαίνει ότι όλοι οι άνθρωποι και οι κοινότητες λαμβάνουν τις υπηρεσίες υγείας που χρειάζονται. Καλύπτει όλο το φάσμα των ποιοτικών βασικών υπηρεσιών υγείας, από την προαγωγή της υγείας έως την πρόληψη, τη θεραπεία, την αποκατάσταση και την παρηγορητική φροντίδα.

Παρομοίως, όλοι είναι ελεύθεροι να λαμβάνουν αποφάσεις σχετικά με το σώμα τους. Οι νόμοι ορίζουν με σαφήνεια τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους σε αυτό το θέμα και προβλέπουν μηχανισμούς για τη λήψη πληροφοριών για την υγεία τους.

Αυτό ισχύει και για τη σεξουαλική υγεία. Από αυτή την άποψη, οι άνθρωποι δικαιούνται να λαμβάνουν πληροφορίες και υποστήριξη για να βιώσουν τις σεξουαλικές πτυχές της ζωής τους με τρόπο ολοκληρωμένο, αυτόνομο, ισότιμο, ικανοποιητικό και γεμάτο σεβασμό, με την εγγύηση των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών τους δικαιωμάτων.

► Γενικές παρατηρήσεις σχετικά με τη φροντίδα του σώματος και ΣΜΝ για ΑμεΑ

Τα άτομα με αναπηρία χρειάζονται υγειονομική περίθαλψη και προγράμματα υγείας για τους ίδιους λόγους που τα χρειάζεται και οποιοσδήποτε άλλος - για να είναι υγιείς, ενεργά και να αποτελούν μέρος της κοινότητας. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να υπάρχουν τα εργαλεία και οι πληροφορίες για να κάνουν υγιεινές επιλογές και να γνωρίζουν πώς να αποτρέπουν την ασθένεια. Αυτό περιλαμβάνει τον τομέα της υγείας που σχετίζεται με τη σεξουαλικότητα.

Όλοι έχουν ένα σώμα που χρησιμοποιείται για να ωθεί και να εκφράζει τη σεξουαλικότητά τους. Για τον λόγο αυτό, είναι σημαντικό τα ΑμεΑ να γνωρίζουν και να μαθαίνουν για το σώμα και τη σεξουαλικότητά τους και να γνωρίζουν για την κατάλληλη φροντίδα εαυτού σε αυτά τα θέματα. Συνοπτικά, υπάρχει η ανάγκη να κατανοηθεί πώς οι άνθρωποι ανταποκρίνονται σεξουαλικά μεταξύ τους και πώς το σώμα αλλάζει κατά τη διάρκεια της ζωής. Αυτό περιλαμβάνει τη γνώση και την αντιμετώπιση πλευρών που σχετίζονται με την αναπαραγωγή και την ευχαρίστηση (όπως η διέγερση, η λίπανση, η στύση, ...), τις αισθήσεις και την εκμάθηση τρόπων ανάπτυξης των αισθήσεων, καθώς και συγκεκριμένες φάσεις όπως η περίοδος ή η εμμηνόπαυση.

Κάποιες σεξουαλικές συμπεριφορές μπορούν επίσης να ενέχουν τον κίνδυνο σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων (ΣΜΝ) με σαφείς πιθανές επιπτώσεις στο σώμα και τις λειτουργίες του. Λίγα είναι γνωστά για τη συχνότητα των ΣΜΝ στην ομάδα των ΑμεΑ, λόγω της έλλειψης δεδομένων και μελετών σε αυτόν τον τομέα. Προκειμένου να μειωθούν οι επικίνδυνες συμπεριφορές, είναι απαραίτητο να συμπεριληφθούν τα ΣΜΝ σε προγράμματα

σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης που σχεδιάζονται και εφαρμόζονται στο πλαίσιο των υπηρεσιών υποστήριξης για ΑμεΑ.

Η αντιμετώπιση του θέματος των αναπηριών στον τομέα της υγείας γενικότερα και στον τομέα της σεξουαλικότητας ειδικότερα συνεπάγεται να συνεισφέρουν τα ΑμεΑ στον σχεδιασμό, την εφαρμογή, την παρακολούθηση και την αξιολόγηση των καθιερωμένων συστημάτων υγείας. Είναι επίσης σημαντικό να είναι στο επίκεντρο οποιασδήποτε δράσης και απόφασης που αφορά αυτούς και το σώμα τους. Σε αυτό το πλαίσιο, είναι απαραίτητο να διασφαλίζεται η ελευθερία τους και η ενημερωμένη συναίνεση τους κατά τη διεξαγωγή οποιασδήποτε θεραπείας που μπορεί να έχει αντίκτυπο στο σώμα τους.

► Τι λέει το νομικό πλαίσιο για αυτό;

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Το δικαίωμα στην υγεία είναι καθιερωμένο στο διεθνές δίκαιο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, συμπεριλαμβανομένου του Διεθνούς Συμφώνου για τα Οικονομικά, Κοινωνικά και Πολιτιστικά Δικαιώματα που αναγνωρίζει το δικαίωμα όλων των ατόμων στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο υγείας (άρθρο 12). Το Σύνταγμα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) κατοχυρώνει επίσης το υψηλότερο δυνατό επίπεδο υγείας ως θεμελιώδες δικαίωμα κάθε ανθρώπου. Το δικαίωμα στην υγεία περιλαμβάνει πρόσβαση σε έγκαιρη, αποδεκτή και οικονομικά προσιτή υγειονομική περίθαλψη κατάλληλης ποιότητας. Το δικαίωμα στην υγεία σημαίνει ότι τα κράτη πρέπει να δημιουργήσουν συνθήκες στις οποίες όλοι μπορούν να είναι όσο το δυνατόν πιο υγιείς, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων με αναπηρία.

Η Σύμβαση για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCPRD) εντείνει και ενισχύει την προστασία των ατόμων με αναπηρία σε σχέση με την υγεία και την αποκατάσταση. Αναγνωρίζει ότι τα άτομα με αναπηρία έχουν το δικαίωμα στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο υγείας και ότι τα συμβαλλόμενα κράτη πρέπει να αναγνωρίσουν αυτό το δικαίωμα χωρίς διακρίσεις λόγω αναπηρίας (άρθρο 25) και επιπλέον εγγυάται το δικαίωμα των ατόμων με αναπηρία να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες αποκατάστασης κάθε είδους (άρθρο 26). Επίσης, η Σύμβαση αναγνωρίζει το δικαίωμα των ατόμων με αναπηρία να έχουν πρόσβαση σε μια σειρά από οικιακές, κατοικίες και άλλες υπηρεσίες υποστήριξης, εντός των κοινοτήτων τους (άρθρο 19).

Ο ΠΟΥ/Ευρώπη ανέπτυξε ένα περιφερειακό πλαίσιο για την εφαρμογή της παγκόσμιας στρατηγικής για την πρόληψη και τον έλεγχο των σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων 2006–2015 στην ευρωπαϊκή περιφέρεια του ΠΟΥ. Ο ΠΟΥ έχει επίσης αναπτύξει μια παγκόσμια στρατηγική στον τομέα της υγείας για τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις, 2016-2021.

Το Ευρωπαϊκό Δίκτυο για την Επιτήρηση των σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων (παλιότερα European Surveillance of Sexually Transmitted Infections – ESSTI, τώρα European Network for STI Surveillance) που προωθείται από το Ευρωπαϊκό Κέντρο Πρόληψης και Ελέγχου Νοσημάτων ιδρύθηκε για πρώτη φορά το 2001 και χρηματοδοτήθηκε από τη DG SANCO. Στόχος του δικτύου ήταν η ανάπτυξη και ο συντονισμός της επιδημιολογικής και εργαστηριακής επιτήρησης των ΣΜΝ στην περιοχή της Ευρώπης με σκοπό την καλύτερη ενημέρωση για την πρόληψη, τη φροντίδα και τον έλεγχο των ΣΜΝ.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Το ελληνικό νομικό σύστημα ρυθμίζει την προστασία της υγείας και το δικαίωμα στην υγειονομική περίθαλψη τόσο σε κοινωνικό όσο και σε ατομικό επίπεδο. Σύμφωνα με τον Εθνικό Νόμο 21.3 του ελληνικού νομικού συστήματος, το Ελληνικό Δημόσιο είναι υπεύθυνο να διασφαλίζει την υγεία και την ευημερία όλων των Ελλήνων πολιτών και να λαμβάνει ειδικά μέτρα για την προστασία και την υγειονομική περίθαλψη των ευάλωτων κοινωνικών ομάδων. Επίσης, το ελληνικό κράτος είναι υπεύθυνο για την ανάπτυξη και οργάνωση των δημόσιων υπηρεσιών υγείας.

Ο Εθνικός Νόμος 7.2 ορίζει ότι κάθε πράξη που οδηγεί σε σωματική ή ψυχολογική βλάβη πρέπει να τιμωρείται από το νόμο, προστατεύοντας έτσι το δικαίωμα του ατόμου στην υγεία και την ευημερία. Το 2001, ο Εθνικός Νόμος 5.5 ενίσχυσε την προηγούμενη νομοθεσία, δηλώνοντας ότι ο καθένας έχει το δικαίωμα στην προστασία της υγείας και της ευημερίας του και έχει το δικαίωμα προστασίας έναντι όλων των ιατρικών παρεμβάσεων που γίνονται παρά τη θέλησή του.

► Ερωτήσεις για αυτό το θέμα για τους Υποστηρικτές που υποστηρίζουν τα ΥΑ να λάβουν ενημερωμένες αποφάσεις

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Η διαχείριση θεμάτων υγείας που σχετίζονται με τη γνώση και τη φροντίδα του σώματός ή τα ΣΜΝ, απαιτεί στενή σχέση μεταξύ του υποστηρικτή και του ΥΑ.</p>	<p>Ως υποστηρικτής, νιώθετε άνετα να προσφέρετε υποστήριξη σε θέματα σεξουαλικής υγείας και ΣΜΝ; Πιστεύετε ότι έχετε επαρκείς γνώσεις για να προσφέρετε τέτοια υποστήριξη;</p>	<p>Ως υποστηρικτής πρέπει να αισθάνεστε άνετα να μιλάτε στο ΥΑ για αυτά τα ζητήματα και πρέπει να είστε αρκετά ειλικρινής για να μιλήσετε ανοιχτά για τις δυσκολίες που μπορεί να αντιμετωπίσετε στην αντιμετώπισή τους. Επίσης, η παροχή υποστήριξης σε θέματα που σχετίζονται με την αυτοφροντίδα και τα ΣΜΝ, απαιτεί από εσάς να έχετε επαρκή γνώση για το θέμα (Γνωρίζετε αρκετά για τα ΣΜΝ; Μπορείτε να δώσετε σαφείς εξηγήσεις και να απαντήσετε στις ερωτήσεις του ΥΑ; Γνωρίζετε τη διαδικασία που πρέπει να ακολουθήσετε εάν υπάρχουν υποψίες ότι το ΥΑ μπορεί να φέρει ΣΜΝ; Γνωρίζετε τις διαδικασίες για να υποστηρίξετε το ΥΑ να φροντίσει τον εαυτό του/της;)</p> <p>Εάν πιστεύετε ότι δεν έχετε επαρκείς πληροφορίες, μπορείτε να εξετάσετε το ενδεχόμενο να λάβετε υποστήριξη από έναν επαγγελματία υγείας που μπορεί να λύσει τις αμφιβολίες σας πριν ασχοληθείτε με το θέμα με το ΥΑ. Εναλλακτικά, μπορείτε να συνοδεύσετε το ΥΑ για να συζητήσετε θέματα απευθείας με έναν επαγγελματία υγείας - εάν το ΥΑ συμφωνεί με αυτό. Μπορούν να προετοιμαστούν γραπτές ή οπτικές πληροφορίες για την υποστήριξη των εξηγήσεων που δίνετε είτε εσείς είτε ο επαγγελματίας.</p>

<p>Εξετάσεις για ΣΜΝ. Κάθε άτομο που είναι σεξουαλικά ενεργό, θα πρέπει να γνωρίζει τους κινδύνους των ΣΜΝ και να έχει επίγνωση του τρόπου προστασίας του εαυτού του και να χρησιμοποιεί τα διαθέσιμα τεστ για ΣΜΝ, εάν απαιτείται.</p>	<p>Ως υποστηρικτής, πρέπει να ενθαρρύνω το ΥΑ να κάνει τεστ για ΣΜΝ;</p>	<p>Ως υποστηρικτής, συνιστάται να ενημερώσετε ένα ΥΑ που είναι σεξουαλικά ενεργό για τον κίνδυνο των ΣΜΝ και να προτείνετε μια επίσκεψη σε έναν επαγγελματία υγείας για να εξεταστεί εάν έχουν ήδη πραγματοποιηθεί επικίνδυνες πρακτικές ή για λόγους πρόληψης. Αφού δοθούν όλες οι απαραίτητες πληροφορίες και εξηγηθεί η διαδικασία, ο υποστηρικτής πρέπει να κατανοήσει ότι το ΥΑ θα αποφασίσει μόνο του για την εξέταση ή να αποφασίσει να εξεταστεί αργότερα. Το ΥΑ μπορεί ακόμη και να αποφασίσει να μην κάνει τεστ.</p>
<p>Εάν κάποιος πάσχει από ΣΜΝ, συνιστάται να ενημερωθούν οι πρώην σεξουαλικοί σύντροφοι. Θα πρέπει και αυτοί να εξεταστούν. Μπορεί να είναι άβολο, αλλά το να πείτε σε πρώην συντρόφους για το ΣΜΝ είναι σωστή πράξη.</p>	<p>Εάν το ΥΑ είναι θετικό σε τεστ για ΣΜΝ, ποια είναι τα όρια της εμπιστευτικότητας;</p>	<p>Εάν το ΥΑ βρεθεί θετικό στο τεστ για ΣΜΝ, ο υποστηρικτής θα πρέπει να εξηγήσει στο ΥΑ ότι εάν υπάρχει λοίμωξη, σύμφωνα με τις ευρέως διαδεδομένες οδηγίες υγείας, μπορεί να χρειαστεί να ενημερωθούν οι σεξουαλικοί σύντροφοι ώστε να προστατεύσουν την υγεία τους και αυτοί. Ωστόσο, ο υποστηρικτής θα πρέπει να αποφεύγει να μοιράζεται αυτές τις απόρρητες πληροφορίες πέρα από τους άμεσα ενδιαφερόμενους, σύμφωνα με τις επιθυμίες του ΥΑ.</p>

► Υποστήριξη του ΥΑ για να λαμβάνει ενημερωμένες αποφάσεις



ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟ ΥΑ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΕΙ



ΘΕΜΑΤΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟ ΥΑ

Σχετικά με το να γνωρίζεις και να φροντίζεις το δικό σου σώμα:

- » Γνωρίζεις πώς λειτουργούν τα γεννητικά σου όργανα και άλλα ερωτογενή μέρη του σώματός σου και πώς να τα φροντίζεις;
- » Γνωρίζεις πώς λειτουργούν τα γεννητικά όργανα και άλλες ερωτογενείς περιοχές του αντίθετου φύλου;
- » Καταλαβαίνεις πώς γίνονται τα μωρά;
- » Καταλαβαίνεις πώς το σώμα δείχνει σημάδια σεξουαλικής απόλαυσης: ενθουσιασμό, στύση κ.λπ;
- » Γνωρίζεις για τις σωματικές αλλαγές κατά τη διάρκεια του κύκλου της ζωής, όπως η εμμηναρχή (πρώτοι εμμηνορροϊκοί κύκλοι), η κλιμακτηριακή (μείωση της γονιμότητας) ή η εμμηνόπαυση (σταματά η έμμηνος ρύση) και πώς να αντιμετωπίσεις κάθε μία από τις διαφορετικές φάσεις;
- » Διευκρινίστε με το ΥΑ σε ποιους τομείς χρειάζεται υποστήριξη για να τους προσδιορίσετε με σαφήνεια και, επομένως, να αποφύγετε την παραβίαση του απορρήτου με ακατάλληλες ερωτήσεις που δεν εμπίπτουν στο πλαίσιο του θέματος που τον ενδιαφέρει.
- » Συμφωνήστε με το ΥΑ εάν επιθυμεί να λάβει την υποστήριξη από έναν εξωτερικό επαγγελματία ο οποίος μπορεί να προσφέρει μια πιο προσαρμοσμένη ή/και συμπληρωματική υποστήριξη. Εξηγήστε ότι μπορεί να ζητήσει γυναίκα ή άνδρα γιατρό ή νοσοκόμο σύμφωνα με τις προτιμήσεις του.
- » Εξηγήστε στο ΥΑ ότι, ειδικά όταν αντιμετωπίζει ΣΜΝ, μπορεί να χρειαστεί η υποστήριξη ενός επαγγελματία υγείας. Σε αυτή την περίπτωση, ο γιατρός ή η νοσοκόμα

Σχετικά με τα ΣΜΝ

- » Γνωρίζεις ότι υπάρχουν ΣΜΝ που προκαλούνται από βακτήρια (π.χ. γονόρροια, σύφιλη), από ιούς (HIV, έρπης, ηπατίτιδα) από μύκητες (καντιντίαση, ψώρα)...;
- » Γνωρίζεις τις επικίνδυνες σεξουαλικές πρακτικές μέσω των οποίων μπορούν να μεταδοθούν τα ΣΜΝ (π.χ. κολπική επαφή ή πρωκτική διείσδυση χωρίς προφυλακτικό, στοματική επαφή με σπέρμα...)
- » Γνωρίζεις για τα κύρια μέτρα προστασίας από ΣΜΝ (χρήση προφυλακτικών...)
- » Γνωρίζεις ότι οι εξετάσεις μπορούν να ανιχνεύσουν τα νοσήματα και ότι τα νοσήματα μπορούν να αντιμετωπιστούν;
- » Γνωρίζεις τις βασικές εξετάσεις για τον εντοπισμό της παρουσίας ΣΜΝ;
- » Γνωρίζεις τις κύριες διαδικασίες για τη διεξαγωγή των τεστ για ΣΜΝ; (π.χ. πώς να πάρετε δείγμα μόνος σας, δειγματοληψία από τον ιατρό, δείγμα ούρων, εξετάσεις αίματος με βελόνες...

μπορεί να κάνουν προσωπικές ερωτήσεις σχετικά με τη σεξουαλική δραστηριότητα του.

- » Συμφωνήστε με το ΥΑ ποιες πληροφορίες θέλει να μοιραστεί (ή όχι) με την οικογένειά του. Συζητήστε την πιθανή υποστήριξη από την οικογένεια ή/και τους φίλους και εξηγήστε τη δυνατότητα να τον συνοδεύσουν στα ιατρικά ραντεβού.
- » Εξηγήστε ότι εάν βρεθεί λοίμωξη, μπορεί να χρειαστεί να ενημερωθούν οι σεξουαλικοί σύντροφοι, ώστε να μπορούν να εξεταστούν και αυτοί.
- » Να είστε σαφείς με το ΥΑ για το πώς θα χειριστούν οι προσωπικές και εμπιστευτικές πληροφορίες και ποιος θα έχει πρόσβαση σε αυτές. Εξηγήστε την πολιτική που θα ακολουθηθεί το προσωπικό για αυτό το θέμα και τι είδους εποπτεία υπάρχει για την αποφυγή καταστάσεων κατάχρησης.

► Ερωτήσεις για τους Οικογενειακούς Φροντιστές

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Επικοινωνία με το ΥΑ για τα ΣΜΝ και τη φροντίδα του δικού τους σώματος</p> <ul style="list-style-type: none"> » Κάθε διαδικασία λήψης απόφασης ξεκινάει με την κατανόηση των αναγκών του ΥΑ. » Ο ρόλος σας, ως οικογενειακός φροντιστής, είναι να προσπαθήσετε να διευκρινίσετε, να κατανοήσετε και να ανταποκριθείτε στις ανάγκες του ΥΑ. 	<p>Σε ποιους τομείς νομίζω ότι το ΥΑ χρειάζεται υποστήριξη για τη λήψη αποφάσεων σχετικά με τα ΣΜΝ και τη φροντίδα του σώματός του;</p> <p>Θα υπάρξουν προκλήσεις για μένα, καθώς είμαι Υποστηρικτής και οικογενειακός φροντιστής ταυτόχρονα;</p> <p>Πώς νιώθω στην ιδέα ότι ο γιος/η κόρη μου δεν θα θέλει να μοιραστεί κάποιες πληροφορίες για τα ΣΜΝ και τη φροντίδα του σώματός του/της μαζί μου;</p>	<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, το πρώτο βήμα στη διαδικασία ΥΑ είναι να προσπαθήσετε να αποσαφηνίσετε:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Σε ποιον τομέα χρειάζεται το ΥΑ τη βοήθειά μου για να λάβει αποφάσεις; » Είμαι το κατάλληλο άτομο για την υποστήριξη του ΥΑ σε τέτοιου είδους αποφάσεις; Θα μπορέσω να προσφέρω υποστήριξη στον/στην γιο/κόρη μου όταν μου την ζητήσει αλλά ταυτόχρονα να σεβαστώ την ιδιωτικότητα του/της και να μην ρωτήσω παραπάνω από ό,τι 'πρέπει'; <p>Θέματα που σχετίζονται με το σώμα και τη σεξουαλικότητα είναι μερικές από τις πιο προσωπικές πληροφορίες μας. Ως οικογενειακός φροντιστής, είναι πιθανό να παρασυρθείτε από την ανάγκη σας να σιγουρευτείτε για την ασφάλεια και να κάνετε ερωτήσεις πέρα από τα προσωπικά όρια του ΥΑ.</p>

		<p>Θέματα που σχετίζονται με το σώμα και τη σεξουαλικότητα είναι μερικές από τις πιο προσωπικές πληροφορίες μας. Ως οικογενειακός φροντιστής, είναι πιθανό να παρασυρθείτε από την ανάγκη σας να σιγουρευτείτε για την ασφάλεια και να κάνετε ερωτήσεις πέρα από τα προσωπικά όρια του ΥΑ. Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας της ΥΛΑ, σκεφτείτε για την ικανότητά σας να διατηρήσετε την ισορροπία μεταξύ της υποστήριξης και του σεβασμού της ιδιωτικότητας του ΥΑ. Επίσης, σκεφτείτε τα όρια και την ιδιωτικότητα της οικογένειάς σας (π.χ. Υπάρχουν προσωπικοί χώροι στο σπίτι σας; Το παιδί σας έχει την επιλογή να κλείσει την πόρτα του δωματίου του; Εμπλέκεστε στην προσωπική υγιεινή του παιδιού σας; κ.λπ.)</p>
<p>Αναστοχασμός: Τα συναισθήματα και οι απόψεις σας</p> <ul style="list-style-type: none"> » Είναι πολύ φυσιολογικό για εσάς, ως οικογενειακός φροντιστής, να έχετε τις δικές σας απόψεις και συναισθήματα για τα ΣΜΝ και την προσωπική φροντίδα του σώματός. » Τα ΣΜΝ μπορεί να σας κάνουν να φοβάστε και να ανησυχείτε για την ευημερία του ΥΑ. Μπορεί να σας κάνουν να νιώθετε άβολα, αν δεν είστε πολύ εξοικειωμένοι με συζητήσεις για θέματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα. Μπορεί να είναι μια συζήτηση που σας προκαλεί άγχος ή μπορεί να τη θεωρήσετε ντροπιαστική. » Ως οικογενειακός φροντιστής που 	<p>Ποιες είναι οι απόψεις μου για τα ΣΜΝ;</p> <p>Ποιες είναι οι απόψεις μου σχετικά με το να φροντίζει το ίδιο το ΥΑ το σώμα του;</p> <p>Σε ποιο βαθμό οι απόψεις μου παρεμβαίνουν στη διαδικασία ΥΛΑ;</p>	<p>Το να φροντίζει κανείς το σώμα του μόνος του είναι ένα πολύ σημαντικό βήμα για την ενηλικίωση και την ανεξαρτησία. Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορεί να έχετε την τάση να εμπλέκεστε στην αυτοφροντίδα του ΥΑ, προκειμένου να διασφαλίσετε την υγεία του. Θα ήταν καλό να σκεφτείτε πώς αισθάνεται το ΥΑ για τη συμμετοχή σας και να σκεφτείτε εάν θα ήταν δύσκολο για εσάς να μην εμπλέκεστε πλέον κατά τη διαδικασία της ΥΛΑ.</p> <p>Πολλές φορές, αυτά τα ευαίσθητα, προσωπικά θέματα είναι δύσκολο για έναν γονέα ή μέλος της οικογένειας να τα συζητήσει με το ΥΑ, χωρίς να επιβάλει την άποψή του ή να εμπλακεί υπερβολικά. Μπορείτε πάντα να ζητήσετε βοήθεια από επαγγελματίες, από τον Υποστηρικτή ή τον Διευκολυντή κατά τη διάρκεια της διαδικασίας ΥΛΑ.</p>

<p>εμπλέκεται στην ΥΛΑ, είναι καλή ιδέα να σκεφτείτε πώς όλα αυτά τα συναισθήματα μπορεί να επηρεάσουν την ικανότητά σας να ενημερώνετε το ΥΑ με αντικειμενικό τρόπο και στη συνέχεια να αφήσετε το παιδί σας να πάρει τις δικές του αποφάσεις.</p> <p>» Είναι σημαντικό να κατανοήσετε αυτά τα συναισθήματα και τις απόψεις, ώστε να μπορέσετε να βοηθήσετε στην εφαρμογή της ΥΛΑ.</p>		
<p>Από τη θεωρία στην πράξη: η έμπρακτη υποστήριξη της ΥΛΑ σχετικά με τα ΣΜΝ και την αυτοφροντίδα του σώματος</p>	<p>Τι είδους πληροφορίες μπορεί να χρειαστεί το ΥΑ όταν λαμβάνει αποφάσεις για τα ΣΜΝ και τη φροντίδα του σώματός του;</p>	<p>» Κατά τη διαδικασία της ΥΛΑ, πληροφορίες σχετικά με τα ΣΜΝ και τη φροντίδα του σώματος πρέπει να είναι διαθέσιμες στο παιδί σας, ώστε να μπορεί να κάνει ενημερωμένες επιλογές. Τα θέματα μπορεί να περιλαμβάνουν τα είδη ΣΜΝ, τρόπους μετάδοσης και προστασίας, επίγνωση του σώματος του και των μερών του σώματος, φροντίδα ιδιωτικών μερών του σώματος κ.λπ.</p> <p>Είναι πολύ φυσιολογικό ότι εσείς, ως οικογενειακός φροντιστής, δεν έχετε όλες τις απαντήσεις ή τις γνώσεις. Μη διστάσετε να ζητήσετε βοήθεια από επαγγελματίες (π.χ. γιατρό), οι οποίοι μπορούν να σας βοηθήσουν με την παροχή πληροφοριών.</p>

ΥΛΑ & η Χρήση του Διαδικτύου και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης για ερωτικούς και σεξουαλικούς σκοπούς

Σημαντική επισήμανση

Το γεγονός ότι το SMARTS διαπραγματεύεται το συγκεκριμένο θέμα δεν σημαίνει ότι το SMARTS υποστηρίζει τη χρήση του διαδικτύου προς εύρεση ερωτικού συντρόφου. Ακολουθεί μια αντικειμενική ανάλυση των θεμάτων που μπορεί να προκύψουν σε περίπτωση που κατά την ΥΛΑ το υποστηριζόμενο άτομο ζητήσει υποστήριξη ώστε να αναζητήσει ερωτικό σύντροφο - και αυτό είναι νόμιμο. Η υποστήριξη των δικαιωμάτων στη σεξουαλικότητα, δεν σημαίνει ότι επιτρέπονται οι παράνομες διαδικασίες. Αλλά προβλέπει μια ξεκάθαρη κατανόηση της σχετικής νομοθεσίας και των επιπτώσεων για όλους τους εμπλεκόμενους. Το παρακάτω κείμενο έχει γραφτεί προς αυτή την κατεύθυνση.

► Γενικοί Προβληματισμοί σχετικά με την χρήση του διαδικτύου και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης για ερωτικούς και σεξουαλικούς σκοπούς

Το διαδίκτυο και τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) έχουν αποκτήσει κεντρικό ρόλο για την πρόσβαση πληροφοριών και είναι σημαντικά για τη σύνδεση με άλλους. Από αυτή τη σκοπιά, το διαδίκτυο και τα ΜΚΔ έχουν αλλάξει τον τρόπο που οι άνθρωποι επικοινωνούν, αλληλεπιδρούν και αναπτύσσουν προσωπικές σχέσεις με τους άλλους. Αυτή τη στιγμή υπάρχουν διαδεδομένες και ποικίλες υπηρεσίες οι οποίες συνδέουν μεταξύ τους τους ανθρώπους (Facebook, Twitter, Instagram, LinkedIn, Viber κ.λπ).

Η χρήση του διαδικτύου προς εύρεση φίλων, ερωτικών και σεξουαλικών σχέσεων, είναι επίσης πολύ συνηθισμένη πλέον. Μιλώντας με αριθμούς, 30% του διαδικτύου αφορά πορνογραφικό υλικό και 5-15% της συνολικής δραστηριότητας του διαδικτύου είναι σεξουαλικού περιεχομένου. Εκτιμάται ότι το 20% από τις συνολικές αναζητήσεις, αφορούν σεξουαλικά θέματα.

► Γενικοί Προβληματισμοί για τα ΑμεΑ

Τα οφέλη του να συνδέονται μέσω διαδικτύου τα ΑμεΑ με άλλους, συχνά θεωρείται μια επιτυχημένη στρατηγική για τη μείωση της απομόνωσης και του στίγματος, γεγονός που ισχύει και για τον γενικό πληθυσμό. Τέτοιου τύπου επικοινωνίες, προάγουν τη δημιουργία κοινωνικών σχέσεων, συμβάλλοντας έτσι στην αποφυγή της απομόνωσης/περιθωριοποίησης, κι έτσι να μπορούν να συνδεθούν με άλλους. Φυσικά η σύνδεση μέσω διαδικτύου ελλοχεύει κινδύνους για τον καθένα, συμπεριλαμβανομένων των ΑμεΑ, οι οποίοι χρειάζεται να ληφθούν υπόψη. Υπάρχει ο κίνδυνος να έρθει κανείς σε επαφή με άτομα με κακές προθέσεις (άτομα που θέλουν να εξαπατήσουν, ψεύδονται κ.λπ.).

Επίσης η ακούσια σύνδεση με βίαιες και βλαβερές σελίδες ή το να λαμβάνουν απρόσκλητα ή/και επικεντρωμένα στο σεξ emails και συνδέσεις με διαδικτυακές σελίδες.

► **Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο πάνω σε αυτό το θέμα;**

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Τα άτομα με αναπηρία τα οποία χρησιμοποιούν το διαδίκτυο και τα σύγχρονα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης, προστατεύονται από διάφορους αλληλοσυμπληρούμενους νόμους όπως είναι ο [Γενικός Κανονισμός για την Προστασία των Δεδομένων \(EU\) 2016/679](#) (GDPR), ο οποίος επικεντρώνεται στο απόρρητο και στην προστασία δεδομένων και του οποίου ο κύριος στόχος είναι να διατηρούν τα άτομα έλεγχο πάνω στα προσωπικά τους δεδομένα, αποτρέποντας την δημοσιοποίησή τους από εταιρίες χωρίς την άδεια των χρηστών.

Η Ευρωπαϊκή ένωση έχει αναπτύξει νομοθεσία η οποία προωθεί την αναβαθμισμένη πρόσβαση των πολιτών στον ψηφιακό κόσμο, με οφέλη για όλους και κυρίως για τα ΑμεΑ. Σε αυτό το πλαίσιο η ευρωπαϊκή οδηγία [EU Web Accessibility Directive 2016/2102](#), στοχεύει στην εναρμόνιση κοινών προϋποθέσεων πρόσβασης για να αυξηθεί η συμπερίληψη μέσω της προσαρμογής των εφαρμογών στα κινητά και των ιστοτόπων των δημοσίων φορέων ώστε να καθιστούν πιο προσβάσιμα στους χρήστες, βάσει των αναγκών των ΑμεΑ. Επιπλέον, το [the European Accessibility Act \(EAA\)](#) στοχεύει στη βελτίωση της λειτουργίας της εσωτερικής αγοράς σχετικά με την προσβασιμότητα σε προϊόντα και υπηρεσίες, όπως smartphones, υπολογιστές, διαδικτυακά μαγαζιά, εφαρμογές κινητών, ATM και άλλα.

Επιπλέον η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCRPD) έχει συμπεριλάβει την πρόσβαση στις νέες τεχνολογίες ως προϋπόθεση για την ισοτιμία και την διαφύλαξη ίσων δικαιωμάτων, σύμφωνα με το Άρθρο 9. Σύμφωνα με το Άρθρο 21, τα κράτη μέλη αναμένονται να λάβουν όλα τα απαραίτητα μέτρα έτσι ώστε να διασφαλιστεί ότι τα ΑμεΑ μπορούν να εξασκήσουν το δικαίωμα στην ελευθερία του λόγου και στην έκφραση απόψεων, συμπεριλαμβανομένου και του δικαιώματος για αναζήτηση, λήψη και μοίρασμα πληροφοριών και ιδεών σε ισότιμη βάση με όλους τους υπόλοιπους, και με τον τρόπο επικοινωνίας που οι ίδιοι θα επιλέξουν, στους οποίους ανήκει και η επικοινωνία μέσω του Ίντερνετ και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Δεν υπάρχει στην Ελλάδα εξειδικευμένη νομοθεσία που να αφορά τη χρήση του ίντερνετ από τα ΑμεΑ. Φυσικά υπάρχουν γενικοί νόμοι για την αντιμετώπιση φαινομένων παραβίασης ευαίσθητων προσωπικών δεδομένων (ΦΕΚ 2472/1997) και την αντιμετώπιση φαινομένων απάτης μέσω ίντερνετ. Επίσης ο νόμος περί πνευματικών δικαιωμάτων, προστατεύει την προσωπική δουλειά του καθενός από το φαινόμενο της λογοκλοπής.



► **Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές**

Βασικά θέματα σχετικά με τη διαδικασία ΥΛΑ, πάνω στα οποία μπορεί να προβληματιστούν οι υποστηρικτές.

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Διευκολύνοντας (ή όχι) την πρόσβαση στο ίντερνετ και τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης</p> <p>Η χρήση του ίντερνετ και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης για την εύρεση ερωτικών ή σεξουαλικών συντρόφων μπορεί να πραγματοποιηθεί μόνο όταν:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Το ΥΑ έχει πρόσβαση σε κατάλληλες συσκευές (αυτές μπορεί να είναι ένας υπολογιστής, ένα smartphone/tablet το οποίο μπορεί να είναι είτε δικό του ή κάποιου άλλου (πχ συναδέλφου ή συγγενή τους), » Το ΥΑ κατανοεί πώς να χρησιμοποιήσει το ίντερνετ, όπως και την λειτουργικότητα των διαφόρων εφαρμογών » Διαθέτει αρκετές μαθησιακές δεξιότητες ώστε να χρησιμοποιήσει τη συσκευή. 	<p>Πώς μπορώ να αποφασίσω αν είναι καλύτερο να ενθαρρύνω ή να αποθαρρύνω την πρόσβαση στο ίντερνετ;</p>	<p>Εφόσον συμφωνούμε ότι σε γενικές γραμμές η πρόσβαση στο ίντερνετ έχει περισσότερα πλεονεκτήματα παρά μειονεκτήματα (π.χ. οι ευκαιρίες που δίνονται για αναζήτηση φιλιών μέσω ίντερνετ, γενικά αναγνωρίζονται ως θετική ευκαιρία για τα ΑμεΑ), τότε χρειάζεται να αποδεχτούμε ότι το να διευκολύνουμε την πρόσβαση στις συσκευές και να εκπαιδύσουμε τα ΥΑ πάνω στο θέμα “σεξ στο διαδίκτυο” είναι σημαντικό και ωφέλιμο για το ΥΑ. Επίσης, σύμφωνα με τις αρχές της ΥΛΑ και των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων, καμία μορφή αναπηρίας δεν δικαιολογεί την παρεμπόδιση πρόσβασης σε οποιοδήποτε μέσο.</p>
<p>Αντιμετώπιση των κινδύνων που μπορεί να προκύψουν από τη δραστηριότητα στο διαδίκτυο και στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης.</p> <ul style="list-style-type: none"> » Είναι δύσκολο να προβλεφθεί ή να ελεγχθεί το τι βλέπει ο καθένας στο διαδίκτυο λόγω της “ανοιχτής” φύσης του, πώς αντιδρά σε αυτό, καθώς και το τι κινδύνους μπορεί να ελλοχεύουν. » Οι επαφές και σχέσεις οι οποίες δημιουργούνται στο διαδίκτυο και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορεί να εξελιχθούν με πολλούς τρόπους και όλα εξαρτώνται από τις δυνατότητες και τις προθέσεις των εμπλεκόμενων π.χ. μια απλή συνομιλία με κάποιον στο 	<p>Πώς μπορούμε να αντιμετωπίσουμε τους πιθανούς κινδύνους που μπορεί να προκύψουν από την χρήση του διαδικτύου και των μέσων δικτύωσης;</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Οι δραστηριότητες στο διαδίκτυο και τα Μέσα Δικτύωσης, συγκαταλέγονται στα πλαίσια του προσωπικού απορρήτου. Οι υποστηρικτές χρειάζεται να έχουν κατά νου να μην ασκούν μονομερή έλεγχο στις δραστηριότητες του ΥΑ, εκτός αν έχει προηγηθεί αμοιβαία συμφωνία επ αυτού. » Η χρήση του διαδικτύου μπορεί να αποτελέσει για το ΥΑ μια πρωτότυπη για την εξέλιξή του εμπειρία. Οι δεξιότητές τους θα αναπτυχθούν με τον καιρό μέσω της χρήσης. Αυτή η εμπειρία ίσως χρειαστεί να αξιολογείται τακτικά με το ΥΑ για την αντιμετώπιση πιθανών επικίνδυνων καταστάσεων. » Σε μερικές περιπτώσεις ίσως βρεθείτε μπροστά στο δίλημμα να

<p>διαδίκτυο μπορεί να παραμείνει έτσι (ή όχι).</p>		<p>ελέγξετε την πρόσβαση του ΥΑ στο διαδίκτυο καθώς άλλοι χρήστες οι οποίοι έχουν πλήρη πρόσβαση, θα τονίζουν στο ΥΑ το “τι χάνουν”.</p> <p>» Παρόλα αυτά η μόνη περίπτωση όπου μπορούμε να εξασκήσουμε έλεγχο στο τι μπορεί να δει το ΥΑ, είναι όταν προκύπτει ζήτημα επαγγελματικής ευθύνης για την ασφάλεια του ατόμου.</p>
<p>Καθορίζοντας όρια για την πρόσβαση και τη χρήση του διαδικτύου και των μέσων δικτύωσης.</p> <p>Υπάρχουν πολλά επίπεδα πρόσβασης και χρήσης του διαδικτύου, τα οποία ξεκινάνε από την απλή πρόσβαση σε πληροφορίες, προχωράνε σε διαδικτυακή επικοινωνία και φτάνουν μέχρι την ενεργό αλληλεπίδραση (με σκοπούς φιλικούς, ερωτικούς ή / και σεξουαλικούς), τα οποία μπορεί να καταλήξουν σε δια ζώσης συνάντηση.</p>	<p>Θα πρέπει να θέσω όρια στην πρόσβαση και χρήση του διαδικτύου και των μέσων δικτύωσης;</p>	<p>Η πρόσβαση και χρήση του διαδικτύου και των μέσων δικτύωσης, είναι θέμα ατομικών επιλογών και απορρήτου. Οι προσωπικές απόψεις του Υποστηρικτή δεν αποτελούν επαρκή λόγο για οριοθέτηση της χρήσης. Όμως αν το επίπεδο χρήσης επηρεάζει άλλους (π.χ. τους αποτρέπει από ισότιμη πρόσβαση στο διαδίκτυο), τότε αυτό χρειάζεται να φροντιστεί. Αν διαπιστωθεί ότι υπάρχει πρόσβαση σε παράνομο υλικό (π.χ. βίντεο που σχετίζονται με παιδική κακοποίηση), τότε ο Υποστηρικτής και ο οργανισμός έχουν ευθύνη να το αποτρέψουν αυτό. Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες για την επαγγελματική ευθύνη στην Ενότητα 2 παραπάνω.</p>

► **Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λαμβάνει ενημερωμένες αποφάσεις**

 <p>ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟ ΥΑ ΠΡΟΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ</p>	 <p>ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΑ</p>
<p>Το διαδίκτυο επιτρέπει μεγάλη ποικιλία επαφών. Μπορεί κάποιος να χρησιμοποιήσει το διαδίκτυο μόνο για την εύρεση φίλων, αλλά χρησιμοποιείται επίσης για την αναζήτηση ερωτικών και σεξουαλικών εμπειριών.</p> <p>Ψεύτικα προφίλ. Γνωρίζεις ότι αυτό που βλέπεις στην οθόνη σου μπορεί να μην ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα; Πολλοί ψεύδονται ως προς τα στοιχεία ταυτότητάς τους και την προσωπική τους κατάσταση και ενδέχεται να θέλουν να σε εκμεταλλευτούν (π.χ. προσποιούνται ψεύτικα οικονομικά προβλήματα ώστε να σου αποσπάσουν χρήματα).</p>	<ul style="list-style-type: none"> » Γιατί θα ήθελες να έχεις πρόσβαση στο διαδίκτυο και στα μέσα δικτύωσης; Μήπως αισθάνεσαι μοναξιά και θα ήθελες να γνωρίσεις φίλους; Αναζητάς κάτι ερωτικό; Είναι ο πόθος που σε παροτρύνει να αναζητήσεις κάποιον εκεί; Ή μια μίξη δύο από αυτά ή και των τριών; » Ποιες είναι οι προσδοκίες σου όταν γνωρίζεις κάποιον μέσω του διαδικτύου; Είναι ρεαλιστικές αυτές οι προσδοκίες; » Σκέφτεσαι να διατηρήσεις αυτές τις γνωριμίες σε επίπεδο διαδικτυακό ή θα

Οικονομικές απειλές.

- » Όταν γνωρίζετε με άλλους διαδικτυακά, να ανησυχείς αν κάποιος αρχίσει να σου ζητάει χρήματα.
- » Γνωρίζεις ότι υπάρχουν πολλές ιστοσελίδες “γνωριμιών”, οι οποίες θα σου ζητήσουν χρήματα ώστε να έχεις πρόσβαση;

Το να χτίζεις σχέσεις με άλλους είναι μερικές φορές περίπλοκο και όχι πάντα εύκολο.

- » Οι σχέσεις μπορεί να εξελιχθούν με πολλούς διαφορετικούς τρόπους. Οι διαδικτυακές γνωριμιές αρχικά μπορεί να δείχνουν εύκολες και χωρίς άγχος ή ιδιαίτερη προσωπική έκθεση, αλλά μερικές γνωριμιές μπορεί αργότερα να εξελιχθούν αλλιώς π.χ. μια φίλια να προχωρήσει σε κάτι πιο προσωπικό.
- » Οι σχέσεις με τους άλλους μπορεί να περιλαμβάνουν απογοητεύσεις, απόρριψη καθώς και πληγωμένα συναισθήματα.

Κίνδυνοι για την προσωπική ασφάλεια

- » Αν φτάσετε κάποια στιγμή στο σημείο να θέλετε να συναντηθείτε από κοντά με κάποιον που έχετε γνωριστεί διαδικτυακά, καλό είναι να θυμάσαι ότι αυτή η συνάντηση ίσως κρύβει κινδύνους. Οπότε είναι σημαντικό να συμφωνήσετε να γίνει με όσο γίνεται μεγαλύτερη ασφάλεια.
- » Η αναζήτηση ερωτικών συντρόφων αποκλειστικά μέσω διαδικτύου, μπορεί να προσελκύσει περίεργες προσφορές από κάποιους οι οποίοι θα θελήσουν να σας εκμεταλλευτούν.
- » Μερικοί μπορεί να σου ζητήσουν να κάνεις πράγματα με τα οποία δεν αισθάνεσαι άνετα (π.χ. γυμνές φωτογραφίες ή βίντεο με ερωτικές σκηνές).
- » Χρειάζεται να είσαι ενήμερος για το γεγονός ότι κάποιος μπορεί να μοιραστούν με τρίτους προσωπικές πληροφορίες και απόρρητα δεδομένα σου.

ήθελες στην πορεία να συναντήσεις τον άλλο από κοντά;

- » Ανησυχείς τι θα πουν οι άλλοι αν μάθουν για αυτή σου τη δραστηριότητα; Αν ναι γιατί ή γιατί όχι;
- » Υπάρχουν μήπως άλλοι τρόποι τους οποίους θα ήθελες να δοκιμάσεις για να γνωρίσεις άλλους ή να αναζητήσεις ερωτικές/σεξουαλικές σχέσεις;
- » Έχεις αναρωτηθεί για το τι επιπτώσεις μπορεί να έχει η αναζήτηση ατόμων μέσα από το διαδίκτυο; Ποια θα είναι τα ενδεχόμενα αποτελέσματα και ποια τα πιο πιθανά;

► Ερωτήσεις για τους Οικογενειακούς Φροντιστές σχετικά με αυτό το θέμα.

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για τους οικογενειακούς φροντιστές</u>	<u>Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Επικοινωνώντας με το ΥΑ σχετικά με την χρήση του ίντερνετ για την εύρεση ερωτικού/σεξουαλικού συντρόφου</p> <ul style="list-style-type: none"> » Κάθε διαδικασία λήψης απόφασης ξεκινάει εφόσον αντιληφθούμε την επιθυμία που εκφράζεται από το ΥΑ. » Ο ρόλος σας ως οικογενειακού φροντιστή είναι να προσπαθήσετε να διασαφηνίσετε, να κατανοήσετε και να ανταποκριθείτε στις επιθυμίες του ΥΑ. 	<p>Έχετε μιλήσει πάνω σε αυτό το θέμα με το ΥΑ ώστε να κατανοήσετε ξεκάθαρα τις επιθυμίες του;</p> <ul style="list-style-type: none"> » Αναζητά ερωτικό ή σεξουαλικό σύντροφο; Στη συνέχεια ρωτήστε τον εαυτό σας- μήπως σκέφτεστε « είμαι εντάξει με την ιδέα ενός ερωτικού συντρόφου , αλλά δεν είμαι σίγουρος/η πώς αισθάνομαι με την ιδέα ενός σεξουαλικού συντρόφου; » Τι θα κάνετε με την ιδέα που σας δυσκολεύει; Θα επιτρέψετε/ προτείνετε σε κάποιον άλλο να τον/ την βοηθήσουν με αυτό; 	<p>Η «κατανόηση» μπορεί να αποδειχτεί δύσκολη και περιλαμβάνει δύο επίπεδα αποκωδικοποίησης κάποιου μηνύματος:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Να διευκρινίσουμε το πραγματικό περιεχόμενο του μηνύματος : τι γνωρίζει το ΥΑ σχετικά με την χρήση του ίντερνετ για αναζήτηση σεξουαλικού συντρόφου και ποιες πληροφορίες του/ της λείπουν ακόμη ώστε να μπορέσει να λάβει μια ενημερωμένη απόφαση; » Να διευκρινίσουμε τις ανάγκες πίσω από την επιθυμία (πχ η εύρεση σεξουαλικού συντρόφου μέσω διαδικτύου ακούγεται λιγότερο απειλητική από την επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο; Το ΥΑ αισθάνεται ότι αυτός είναι ο «μόνος τρόπος» να βρει σεξουαλικό σύντροφο; <p>Και τα δύο αυτά επίπεδα είναι σημαντικά για να βοηθήσουμε το ΥΑ να λάβει μια ενημερωμένη απόφαση για τον εαυτό του.</p>
<p>Προσωπικός αναστοχασμός πάνω στις σκέψεις και τα συναισθήματά σας</p> <ul style="list-style-type: none"> » Τόσο το ΥΑ όσο και εσείς, ως οικογενειακός φροντιστής, έχετε τις προσωπικές σας αντιλήψεις και συναισθήματα σχετικά με την αναζήτηση σεξουαλικού συντρόφου μέσω διαδικτύου. » Είναι σημαντικό να είστε ενήμερος/η περί αυτών των συναισθημάτων και απόψεων κατά την εφαρμογή της ΥΛΑ. 	<p>Ποιοι είναι οι φόβοι σας στην περίπτωση που το ΥΑ θα αναζητήσει σεξουαλικό σύντροφο μέσω του διαδικτύου;</p> <p>Πολλές μπορεί να είναι οι σκέψεις σας σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου από τον γιο/κόρη σας. Για παράδειγμα:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Είναι σε θέση να αναγνωρίσει μια απάτη; » Τι είδους άτομα ενδέχεται να γνωρίσει στο διαδίκτυο; » Πώς μπορεί να διακρίνει αν κάποιος είναι ειλικρινής και άξιος εμπιστοσύνης; » Είναι εύκολο να τον/ την παρενοχλήσει κάποιος ή να πέσει θύμα εκμετάλλευσης. » Τι θα μπορούσε να του ζητήσει αυτός που θα γνωρίσει; » Μπορεί τελικά να καταλήξει να είναι 	<p>Η διαδικασία ΥΛΑ προτείνει να έχει το ΥΑ όλες τις απαραίτητες πληροφορίες στην διάθεσή του, πριν κάνει την επιλογή του. Είναι ελεύθερος-η να κάνει την προσωπική του επιλογή , αρκεί να είναι ενήμερος/η για τα πιθανά αποτε-λέσματα, τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα, ανεξαρτήτως από τα συναισθήματα και τις απόψεις της οικογένειας και / η των φροντιστών του.</p> <p>Αν κατά την διάρκεια της συζήτησης με το ΥΑ αισθανθείτε ότι θα επηρεαστείτε από τους φόβους σας κι έτσι θα επηρεάσετε την απόφαση του παιδιού σας, ίσως θα ήταν καλύτερα να ζητήσετε την βοήθεια επαγγελματιών οι οποίοι τον/την γνωρίζουν και είναι πρόθυμοι να του δώσουν ακριβείς πληροφορίες</p> <p>Αν δεν είστε ο υποστηρικτής στην διαδικασία της ΥΛΑ, ο υποστηρικτής θα μπορέσει να σας βοηθήσει εφόσον το ζητήσετε.</p> <p>Εάν είστε ο υποστηρικτής , ο διευκολυντής θα είναι διαθέσιμος για να σας καθοδηγήσει.</p>

	<p>μπερδεμένος/η ή πληγωμένος/η μετά από αυτού του τύπου την αναζήτηση.</p> <p>» Ίσως έχει μεγάλες προσδοκίες και στο τέλος θα απογοητευτεί.</p>	
	<p>Είτε συμφωνείτε είτε διαφωνείτε με την ιδέα του να αναζητήσει το YA σεξουαλικό σύντροφο μέσω του διαδικτύου, κατά πόσο θα επηρεάσει η άποψή σας το YA; Για παράδειγμα η «διαφωνία» σας θα αποτρέψει το YA από το να κάνει την αναζήτηση;</p>	<p>Το πρωτόκολλο της ΥΛΑ προτείνει να επιτρέπετε στο YA να λαμβάνει τις δικές του ενημερωμένες αποφάσεις. Όμως τελικά πόσο εύκολο είναι για εσάς να κάνετε στην άκρη τις προσωπικές σας απόψεις;</p> <p>» Η ΥΛΑ απαιτεί να αναστοχαστείτε πάνω στην αποδοχή ή απόρριψή σας και να αποφασίσετε αν είναι σημαντικό να υποστηρίξετε την προσωπική σας θέση και πόσο αυτή θα επηρεάσει το YA</p> <p>» Θα σας είναι χρήσιμο να έχετε κατά νου ότι το YA έχει το δικαίωμα να υποστηρίζει τη δική του άποψη και γνώμη, η οποία μπορεί κάποιες φορές να είναι διαφορετική από την δική σας.</p> <p>» Εάν διαπιστώσετε ότι κατευθύνεστε έντονα από τις απόψεις σας, τόσο ώστε να αναχαιτίζετε την απόφαση του YA, ίσως είναι καιρός να συνεργαστείτε με το YA, να επιλύσετε το ζήτημα μαζί, να αξιολογήσετε τις ιδέες σας και να σκεφτείτε εναλλακτικές. Εάν αισθάνεστε ότι επιβάλλετε τις θέσεις σας στο YA, μην διστάσετε να ζητήσετε υποστήριξη από επαγγελματίες.</p>
	<p>Εάν δεν εγκρίνετε, τι εναλλακτικές λύσεις έχετε να προτείνετε;</p>	<p>Σύμφωνα με την μεθοδολογία της ΥΛΑ, το YA χρειάζεται να έχει διαθέσιμες όλες τις πληροφορίες πριν λάβει μια απόφαση Ίσως να επιθυμείτε να συζητήσετε εναλλακτικές προτάσεις με το YA, για παράδειγμα θα ήταν χρήσιμο να γνωρίζετε αν ενδιαφέρεται για κάποιον-α φίλη ή γνωστό-η της. Τα υπέρ και τα κατά κάθε επιλογής θα πρέπει να παρουσιαστούν ξεκάθαρα.</p> <p>Φυσικά συχνά αυτό το λεπτό ζήτημα είναι δύσκολο να συζητηθεί μεταξύ ενός γονέα/ μέλους οικογένειας και του YA. Πάντοτε μπορείτε να ζητήσετε βοήθεια από τους επαγγελματίες/ τον υποστηρικτή κατά την διάρκεια της διαδικασίας ΥΛΑ.</p>

		<p>Φυσικά συχνά αυτό το λεπτό ζήτημα είναι δύσκολο να συζητηθεί μεταξύ ενός γονέα/ μέλους οικογένειας και του ΥΑ. Πάντοτε μπορείτε να ζητήσετε βοήθεια από τους επαγγελματίες/ τον υποστηρικτή κατά την διάρκεια της διαδικασίας ΥΛΑ.</p>
<p>Από τη θεωρία στην πρακτική – η πρακτική υποστήριξη της χρήσης του διαδικτύου για εύρεση ερωτικού συντρόφου</p> <p>Σκεφτείτε πώς μπορείτε να βοηθήσετε πρακτικά τον γιο/ κόρη σας ώστε να έχει πρόσβαση στο διαδίκτυο.</p> <p>Θα χρειαστούν ηλεκτρονικές συσκευές. Θα είναι κοινόχρηστες ή ιδιωτικές- για χρήση από ένα μόνο άτομο; Οι ηλεκτρονικές συσκευές μπορεί να χαλάσουν ή να είναι πλέον παρωχημένης τεχνολογίας, ποιος μπορεί να αναλάβει την ανανέωσή τους, να πληρώσει για καινούργια; Οι μοντέρνες συσκευές ειδικά τα smartphones χάνονται η κλέβονται εύκολα.</p>	<p>Ποιες είναι οι σκέψεις και η διαθεσιμότητά σας ώστε να υποστηρίξετε πρακτικά το ΥΑ να εφαρμόσει αυτή την απόφαση;</p> <p>«Η πρόσβαση προσδίδει ισχύ». Αισθάνεστε έτοιμοι να παραχωρήσετε αυτή την ισχύ- πρόσβαση στον γιο/κόρη σας; Το να επιτρέψετε/ενισχύσετε τη διακοπή πρόσβασης είναι και αυτό μια μορφή εξουσίας. Ακόμη και η απλή αδράνειά σας μπορεί να οδηγήσει στη διακοπή πρόσβασης.</p> <p>Συχνά προκύπτουν δυσκολίες με τις διαδικτυακές συνδέσεις (π.χ. «πέφτει» το δίκτυο, υπάρχουν παράσιτα κατά την επικοινωνία, αναβαθμίζονται τα λογισμικά οπότε και οι παλιότερες συσκευές γίνονται λιγότερο χρήσιμες κ.λπ.).</p> <p>Είστε προετοιμασμένοι να κρατάτε ενήμερο τον γιο/ κόρη σας με τις εξελίξεις της τεχνολογίας; Μπορεί να μην προμηθεύσετε την τελευταία λέξη της τεχνολογίας μόλις κυκλοφορήσει αλλά να σιγουρευέστε ότι μπορεί να συνδεθεί στο διαδίκτυο. Για όλα αυτά μάλλον θα χρειάζονται χρήματα, χρόνος (και καλά σχεδιασμένη διαπραγμάτευση!)</p> <p>Είστε πρόθυμοί, μπορείτε να αντικαταστήσετε/αναβαθμίσετε εξοπλισμό που έχει χαθεί, καταστραφεί ή είναι παρωχημένος, ακόμα και αν αυτό σημαίνει ότι θα συνεχίσουν να συνομιλούν με άλλους μέσω ενός τρόπου με τον οποίο διαφωνείτε;</p>	<p>» Εφόσον το ΥΑ αποφασίσει να ξεκινήσει την αναζήτησή του μέσω διαδικτύου, καλό είναι να βεβαιωθείτε ότι μέσα στο σπίτι υπάρχει διαθέσιμο κάποιο δωμάτιο-ιδιωτικός χώρος, όπως και κάποιος υπολογιστής/λάπτοπ/ τάμπλετ.</p> <p>» Θα ήταν χρήσιμο να ανοίξει το ΥΑ έναν προσωπικό/ ιδιωτικό λογαριασμό στο ίντερνετ, έτσι ώστε να προστατεύει το απόρρητο των δραστηριοτήτων και επικοινωνιών του. Εφόσον συμφωνήσει το ΥΑ, θα μπορούσε να έχει πρόσβαση στον λογαριασμό και ένα δεύτερο πρόσωπο (ο υποστηρικτής ή ένα μέλος της ομάδας).</p> <p>» Το πρόσωπο που έχει την πρόσβαση, ή ο υποστηρικτής, χρειάζεται να είναι διαθέσιμος στην περίπτωση που το ΥΑ έχει κάποιες ερωτήσεις, ή αισθάνεται ότι χρειάζεται κάποιον διαθέσιμο για να τον βοηθήσει με τις διαδικτυακές του επικοινωνίες.</p> <p>» Ίσως εσείς ή/και ο υποστηρικτής μπορείτε να του παρέχετε ιδέες για όσο το δυνατόν «ασφαλέστερες» σελίδες και εφαρμογές συνομιλίας;</p> <p>» Αν το ΥΑ αποφασίσει να συναντήσει κάποιον από κοντά και ζητήσει τη βοήθειά σας, πρώτα θα πρέπει να βεβαιωθείτε ότι το ΥΑ γνωρίζει και αντιλαμβάνεται τους κινδύνους της γνωριμίας από κοντά. Μπορείτε να είστε διαθέσιμος για εκείνον/η τη συγκεκριμένη ημέρα, είτε συνοδεύοντας τον, είτε παραμένοντας διαθέσιμος/η σε κοντινή απόσταση ή αφού σας καλέσει στο τηλέφωνο, σε περίπτωση που χρειάζεται να ρωτήσει κάτι ή να ζητήσει βοήθεια.</p>

ΥΛΑ και Πορνογραφία

ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ!

Το γεγονός ότι συμπεριλαμβάνεται αυτό το θέμα στο εγχειρίδιο του SMARTS δεν σημαίνει ότι υποστηρίζεται η χρήση της πορνογραφίας. Αυτό που ακολουθεί είναι μια συγκρατημένη εξέταση των σοβαρών θεμάτων που αναδύονται εάν το Υποστηριζόμενο Άτομο στην ΥΛΑ ζητήσει βοήθεια να βρει ή/και να χρησιμοποιήσει πορνογραφία (εφόσον αυτό είναι νόμιμο). Η υποστήριξη των σεξουαλικών δικαιωμάτων δεν σημαίνει να επιτρέπονται να συμβαίνουν παρανομίες, αλλά η ξεκάθαρη κατανόηση του νόμου και των συνεπειών όλων των εμπλεκόμενων. Το κείμενο παρακάτω επιχειρεί να κάνει αυτό.

► Γενικές εκτιμήσεις για την πορνογραφία

Η πορνογραφία είναι οποιοδήποτε μέσο που απεικονίζει ερωτική συμπεριφορά για χάρη της σεξουαλικής διέγερσης. Αυτό το αμφιλεγόμενο θέμα συνήθως σχετίζεται με περιοδικά και ταινίες, όμως συμπεριλαμβάνει και άλλα μέσα όπως τέχνη, κόμικς και άλλα. Με την έλευση των μέσων και του εμπορίου στο διαδίκτυο, η βιομηχανία της πορνογραφίας έχει επεκταθεί στον κυβερνοχώρο, επιτρέποντας μεγαλύτερη πρόσβαση σε προϊόντα αλλά ταυτόχρονα διατηρώντας μια σχετική ανωνυμία του χρήστη.

► Γενικές εκτιμήσεις για την πορνογραφία ΓΙΑ ΑμεΑ

Κάποια ΑμεΑ ενδιαφέρονται για την πορνογραφία, αλλά συχνά η πρόσβασή τους σε αυτή είναι περιορισμένη, δεδομένου τις δυσκολίες τους να την αποκτήσουν μόνοι τους. Όμως, το διαδίκτυο αλλάζει αυτή την κατάσταση πολύ γρήγορα και ουσιαστικά, δεδομένης της εύκολης πρόσβασης σε πληροφορίες στο διαδίκτυο.

Πολλά άτομα βλέπουν και απολαμβάνουν πορνό. Άτομα όλων των ικανοτήτων μπορούν επίσης να δουν και να απολαύσουν το πορνό. Εφόσον είναι ηθικό, υπάρχει συναίνεση και δεν παρεμβαίνει στις υπόλοιπες δραστηριότητες ζωής, η πορνογραφία μπορεί να είναι ένας τρόπος για κάποιον που δεν είναι σε θέση να συμμετάσχει σε σεξουαλική δραστηριότητα με άλλο άτομο (είτε σωματικά, συναισθηματικά ή γνωστικά), να βιώσει τη σεξουαλική διέγερση και την απελευθέρωση μόνος του. Ανεξάρτητα από τις ικανότητές τους, οι περισσότεροι άνθρωποι βιώνουν σεξουαλικές επιθυμίες, έλξεις και συναισθήματα. Η πορνογραφία μπορεί να είναι ένα χρήσιμο εργαλείο για ένα άτομο που πιθανόν να μην έχει άλλες διεξόδους για σεξουαλικές εμπειρίες οι οποίες ανταποκρίνονται σε αυτές τις ανάγκες.

Ωστόσο, υπάρχουν στοιχεία που υποδηλώνουν ότι η πορνογραφία μπορεί να απεικονίζει μη ρεαλιστικές ιδέες για τους άνδρες και τις γυναίκες, το σώμα και το σεξ. Αυτά τα μηνύματα μπορεί να είναι επιζήμια, επηρεάζοντας την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση (Wallmyr & Welin, 2006). Οι νέοι και τα ΑμεΑ μπορεί να είναι ιδιαίτερα ευάλωτα σε τέτοια επιβλαβή μηνύματα. Είναι επίσης σημαντικό να σημειωθεί ότι σε πολλές χώρες η παρουσίαση

πορνογραφίας σε ΑμεΑ, χωρίς την ενημερωμένη συγκατάθεσή τους, θεωρείται μορφή σεξουαλικής κακοποίησης.

Η προβολή πορνό δημοσίως είναι παράνομη. Είναι θεμελιώδες να βοηθήσουμε τον νεαρό ή τον ενήλικα με αναπηρία να κατανοήσει ότι η αναζήτηση και η προβολή πορνογραφίας είναι μια ιδιωτική συμπεριφορά και κάτι που πρέπει να γίνεται μόνο σε ιδιωτικό χώρο, όπου κανείς άλλος δεν μπορεί να δει ή να ακούσει το άτομο.

Η συζήτηση για την πορνογραφία μπορεί να είναι ένα αγχωτικό θέμα για τους φροντιστές, επομένως είναι συχνά ένα θέμα που αποφεύγεται πάση θυσία ή αντιμετωπίζεται με τρόπο που είναι ντροπιαστικό ή βλαβερό για τα ΑμεΑ. Ωστόσο, περισσότερο από ποτέ, όλες οι διαθέσιμες πληροφορίες σχετικά με αυτό το θέμα καθιστούν την πρόσβαση χωρίς επίβλεψη σε πορνογραφικό περιεχόμενο πολύ πιθανή, επομένως είναι πολύ σημαντικό οι φροντιστές να είναι διαθέσιμοι και προσιτοί όταν πρόκειται για αυτό το θέμα.

► Τι λέει το νομικό πλαίσιο για αυτό;

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Η πρόσβαση σε και η κατοχή πορνογραφίας είναι νόμιμη σε όλα τα κράτη μέλη της ΕΕ, όμως το νομικό πλαίσιο για την παραγωγή πορνογραφικού περιεχομένου διαφέρει από χώρα σε χώρα (π.χ. είναι εντελώς παράνομο στη Βουλγαρία). Όλα τα κράτη μέλη έχουν αυστηρούς νόμους που καταδικάζουν την παραγωγή, διανομή, πρόσβαση και κατοχή παιδικής πορνογραφίας. Στο ίδιο πνεύμα, η ΕΕ ενέκρινε την [Οδηγία 2011/92/ΕΕ](#) με στόχο την εμβάθυνση της καταπολέμησης των σεξουαλικών αδικημάτων κατά των παιδιών, με ειδικές διατάξεις που στοχεύουν συγκεκριμένα την παιδική πορνογραφία στο Διαδίκτυο. Ωστόσο, δεν υπάρχει γενικό νομικό πλαίσιο σε επίπεδο ΕΕ για την πορνογραφία όσον αφορά τα άτομα με αναπηρία.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Στην Ελλάδα, ο γενικός νόμος για την πορνογραφία έχει γραφτεί πριν από σχεδόν εκατό χρόνια και είναι πολύ γενικός, μιλώντας για «απρεπείς δημοσιεύσεις». Υπάρχει ένας πρόσφατος νόμος κατά της παιδικής πορνογραφίας (4619/2019 παρ348) που απαγορεύει την παραγωγή, πώληση, έκθεση και ιδιοκτησία όλου του υλικού στο οποίο συμμετέχουν ανήλικοι ή ΑμεΑ.



► Ερωτήσεις για τους υποστηρικτές για αυτό το θέμα

Κεντρικά θέματα γύρω από τη διαδικασία ΥΛΑ που πρέπει να εξετάσουν οι υποστηρικτές κατά τη διαμόρφωση του πλαισίου υποστήριξής τους

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
Υπάρχουν κίνδυνοι στη χρήση της πορνογραφίας: ειδικότερα, τα άτομα χωρίς σεξουαλική διαπαιδαγώγηση κινδυνεύουν να συμπεράνουν ότι η πορνογραφία	Πρέπει να διευκολύνεται η πρόσβαση των ΑμεΑ σε πορνογραφικό υλικό;	Οι υποστηρικτές δεν πρέπει να εμποδίζουν την πρόσβαση και την ιδιωτική χρήση πορνογραφικού υλικού όταν το άτομο με αναπηρία το χρειάζεται.

<p>είναι αντανάκλαση της πραγματικής ζωής, όταν η αλήθεια είναι ότι η πορνογραφία τείνει να αντικατοπτρίζει γλώσσες και συμπεριφορές που βασίζονται σε διακρίσεις και την θεώρηση των ανθρώπων, ιδιαίτερα των γυναικών, ως απλών σεξουαλικών αντικειμένων. Για το άτομο με αναπηρία, αυτό μπορεί να οδηγήσει σε ενίσχυση, συμπεριφορών που προορίζονται να εξαλειφθούν.</p>		<p>Ωστόσο, θα πρέπει πάντα να γίνεται στο πλαίσιο προηγηθείσας σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης και με εστιασμένο σχεδιασμό για το ΥΑ. Το πορνογραφικό υλικό ΔΕΝ είναι εκπαιδευτικό υλικό.</p>
<p>Υπάρχουν κίνδυνοι τα ΑμεΑ να αποκτήσουν πρόσβαση σε πορνογραφικό περιεχόμενο χωρίς επίβλεψη ή καθοδήγηση. Ο κίνδυνος εδώ είναι ότι δεν είναι όλο το πορνογραφικό υλικό νόμιμο και δεν είναι όλες οι πηγές πορνογραφικού υλικού ασφαλείς και νόμιμες.</p>	<p>Πώς να προστατευτεί η ασφάλεια και η νομιμότητα όταν το ΑμεΑ έχει πρόσβαση και χρησιμοποιεί πορνογραφικό περιεχόμενο;</p>	<p>Οι υποστηρικτές θα πρέπει να παρέχουν πληροφορίες για νόμιμες και ασφαλείς πηγές πορνογραφικού περιεχομένου και να εκπαιδεύουν τους πιθανούς χρήστες με αναπηρία για το ποιο πορνογραφικό υλικό είναι νόμιμο και σεβόμενο την ατομική αξιοπρέπεια και ποιο όχι, σύμφωνα με τη νομοθεσία της χώρας και προάγοντας μια υγιή κοινωνικό-συναισθηματική ανάπτυξη για το ΑμεΑ.</p>
<p>Υπάρχει η πιθανότητα οι φροντιστές, μέλη της οικογένειας ή επαγγελματίες, να μην αισθάνονται άνετα με την υποστήριξη της χρήσης πορνογραφίας στην πράξη, καθώς είναι ένα ζήτημα που μπορεί να είναι ενάντια στις ατομικές τους αξίες και να νιώθουν άβολα να συζητήσουν για αυτό. Υπάρχει επίσης η πιθανότητα να μην γνωρίζετε πώς να υποστηρίξετε τη χρήση πορνογραφίας, εάν το άτομο με αναπηρία χρειάζεται καθοδήγηση.</p>	<p>Πώς πού και πότε μπορεί να υποστηριχθεί επαρκώς η χρήση πορνογραφικού υλικού από τα ΑμεΑ;</p>	<p>Οι υποστηρικτές θα πρέπει να υποστηρίζονται και να νιώθουν άνετα να ζητήσουν βοήθεια, σε περίπτωση που δεν αισθάνονται έτοιμοι να διαχειριστούν αυτό το θέμα. Στην περίπτωση που ο υποστηρικτής αισθάνεται απροετοίμαστος ή/και μη διαθέσιμος, αυτό θα πρέπει να αναφερθεί και η συνομιλία για την πορνογραφία να ανατεθεί σε κάποιον άλλο.</p> <p>Εάν ο υποστηρικτής είναι πρόθυμος να υποστηρίξει την πρόσβαση σε πορνογραφικό υλικό και την χρήση του, θα πρέπει να εξηγήσει ότι πρόκειται για ιδιωτική συμπεριφορά που πρέπει να πραγματοποιείται σε ιδιωτικούς χώρους και, εάν εμπλέκεται οποιοσδήποτε άλλος, να είναι με τη ρητή και ενημερωμένη συγκατάθεση του. Όλο το πορνογραφικό υλικό στο οποίο έχει πρόσβαση θα πρέπει να σέβεται την ατομική αξιοπρέπεια και να εμπίπτει στα όρια της νομιμότητας κάθε χώρας.</p>

► Υποστήριξη του ΥΑ να λαμβάνει ενημερωμένες αποφάσεις

 ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟ ΥΑ ΠΡΟΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ	 ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΑ
<ul style="list-style-type: none"> » Τι είναι η πορνογραφία και ποια τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα σχετικά με τη χρήση της; » Ποιοι είναι οι λόγοι για τους οποίους άτομα επιθυμούν να έχουν πρόσβαση στην πορνογραφία; » Γιατί κάποιοι άνθρωποι δεν αισθάνονται άνετα ή μπορεί να είναι ενάντια στη χρήση πορνογραφίας; » Ποιοι είναι οι κίνδυνοι της πορνογραφίας να επηρεάσουν την υγιή κοινωνικό-συναισθηματική και σεξουαλική ανάπτυξη καθώς και τον τρόπο ζωής; » Ποιοι είναι οι διαφορετικοί τύποι πορνογραφικού υλικού και ποιο είναι το νόμιμο και το παράνομο υλικό και οι πηγές πληροφοριών; » Πώς αποκτάται πρόσβαση σε πορνογραφικό περιεχόμενο, διασφαλίζοντας την εκπλήρωση των νομικών απαιτήσεων; » Ποια είναι τα ζητήματα ασφάλειας κατά την πρόσβαση σε πορνογραφικό υλικό; » Πού, πότε και πώς να χρησιμοποιηθεί το πορνογραφικό υλικό; 	<ul style="list-style-type: none"> » Γιατί θέλεις να έχεις πρόσβαση σε πορνογραφικό περιεχόμενο; » Ποιες είναι οι προσδοκίες σου όταν χρησιμοποιείς πορνογραφία; Είναι ρεαλιστικές αυτές οι προσδοκίες; » Ανησυχείς για το τι μπορεί να σκεφτούν οι άλλοι αν μάθουν για αυτή τη δραστηριότητα; Γιατί/γιατί όχι; » Υπάρχουν άλλες εναλλακτικές που θέλεις να εξερευνήσεις, οι οποίες θα μπορούσαν να ικανοποιήσουν τις ανάγκες σου για σεξουαλική διέγερση; » Έχεις σκεφτεί τις πιθανές συνέπειες για εσένα από τη χρήση πορνογραφικού υλικού; » Τι είδους υποστήριξη πιστεύεις ότι θα χρειαστείς όταν έχεις πρόσβαση σε πορνογραφικό υλικό;

► Ερωτήσεις για τους Οικογενειακούς Φροντιστές για αυτό το θέμα

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Επικοινωνώντας με το ΥΑ για την πορνογραφία</p> <p>Κάθε διαδικασία λήψης αποφάσεων ξεκινά με την κατανόηση μιας επιθυμίας που εκφράζει το ΥΑ.</p>	<p>Τι μπορώ να κάνω εάν δυσκολεύομαι να επικοινωνήσω για την πορνογραφία με τον γιο ή την κόρη μου; Αυτό θα επηρεάσει τη διαδικασία της ΥΑ;</p>	<p>Η σαφής και ανοιχτή επικοινωνία αποτελεί ζωτικό στοιχείο της διαδικασίας ΥΑ. Η διαδικασία ΥΑ προτείνει ότι το ΥΑ πρέπει να έχει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες διαθέσιμες για να κάνει μια ενημερωμένη επιλογή.</p> <p>Οι πληροφορίες μπορεί να σχετίζονται την κατανόηση των παρακάτω:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Τι ακριβώς είναι η πορνογραφία, ποια είδη της υπάρχουν και πώς μπορεί το ΥΑ να έχει πρόσβαση σε πορνογραφικό υλικό εάν το επιθυμεί;

<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, ο ρόλος σας είναι να προσπαθήσετε να διευκρινίσετε, να κατανοήσετε και να ανταποκριθείτε στην επιθυμία του YA μέσω της επικοινωνίας.</p> <p>» Ωστόσο, ορισμένα θέματα, όπως η πορνογραφία, υπάρχει περίπτωση να σας προκαλούν δυσκολία, να μην αισθάνεστε άνετα, ίσως να είναι εκτός των ηθικών σας ορίων ή να μην ξέρετε "πώς να μιλήσετε γι' αυτά" και "τι να πείτε".</p>		<p>» Τι παράδειγμα δίνει και τι προσδοκίες δημιουργεί η πορνογραφία για το σεξ και τις σχέσεις και πόσο ρεαλιστικά είναι αυτά τα παραδείγματα;</p> <p>» Ποιες νομικές παράμετροι υπάρχουν σχετικά με την πορνογραφία και ποιες μορφές πορνογραφίας θεωρούνται παράνομες.</p> <p>» Πού και πώς μπορεί το YA να παρακολουθήσει πορνογραφικό περιεχόμενο.</p> <p>» Ποιους κινδύνους πρέπει να γνωρίζει το YA όταν χρησιμοποιεί το διαδίκτυο για πρόσβαση σε πορνογραφικό περιεχόμενο; Άλλα άτομα μπορεί να έχουν παγιωμένες απόψεις για την πορνογραφία και να αντιτίθενται έντονα σε αυτήν. Υπάρχει περίπτωση να το θεωρήσουν προσβλητικό να τους μιλήσεις για αυτό το θέμα.</p>
<p>Αναστοχασμός: Τα συναισθήματα και οι απόψεις σας</p> <p>Τόσο το YA όσο και εσείς, ως οικογενειακός φροντιστής, έχετε τις δικές σας απόψεις και συναισθήματα σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου για την παρακολούθηση στενών επαφών μεταξύ ενηλίκων.</p> <p>Είναι σημαντικό να κατανοήσετε αυτά τα συναισθήματα και τις απόψεις για να μπορείτε να εφαρμόσετε την ΥΛΑ.</p> <p>Η πορνογραφία είναι ένα θέμα που μπορεί να προκαλέσει πολλά συναισθήματα στους οικογενειακούς φροντιστές: ντροπή, αίσθηση «ακαταλληλότητας» ή ακόμα και φόβο ότι το παιδί σας μπορεί να «παρασυρθεί».</p>	<p>Τι επιρροή θα έχει στο YA, η έγκρισή σας (ή όχι) για τη χρήση πορνογραφίας; Για παράδειγμα; η "επίκρισή" σας θα το εμποδίσει από το να προσπαθήσουν να ψάξουν τέτοιου είδους υλικό; Εάν ο γιος ή η κόρη σας παρακολουθεί τακτικά πορνό και αυτή είναι η μοναδική σεξουαλική του εμπειρία, μπορεί να καταλήξει να πιστεύει ότι είναι ο μόνος τρόπος με τον οποίο λειτουργούν οι ανθρώπινες στενές επαφές, κάτι που δεν είναι πάντα ρεαλιστικό.</p>	<p>Η διαδικασία ΥΛΑ προτείνει ότι το YA πρέπει να έχει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες διαθέσιμες πριν κάνει μια επιλογή. Το YA είναι ελεύθερο να κάνει μια προσωπική επιλογή, εφόσον γνωρίζει τα πιθανά αποτελέσματα και τα υπέρ και τα κατά, ανεξάρτητα από τα συναισθήματα και τις απόψεις της οικογένειας ή/και των φροντιστών.</p> <p>Σε περίπτωση που αισθάνεστε ότι μπορεί να σας κυριεύσουν οι φόβοι σας (ή το ανακαλύψετε κατά τη διάρκεια της συζήτησής σας με το YA) και ότι έτσι μπορεί να επηρεάσετε τις αποφάσεις του γιου/κόρης σας, ίσως θα ήταν καλύτερο να ζητήσετε βοήθεια από επαγγελματίες;</p> <p>» Δεν έχει πολύ σημασία ποιος θα ενημερώσει το YA περί πορνογραφίας, αυτό που πραγματικά είναι σημαντικό είναι το YA να ξέρει τι είναι, να κατανοεί πώς τον/την επηρεάζει και να αναγνωρίζει ότι συχνά είναι μια φαντασίωση με έναν στόχο - να τονώσει μια σεξουαλική απόκριση σε όσους το χρησιμοποιούν. Σίγουρα δεν είναι ένας οδηγός για το πώς πραγματικά μοιάζουν οι κοντινές σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων! Είναι επίσης μια παγκόσμια επιχείρηση, με πολλά λεφτά, και συχνά συνδέεται με το έγκλημα, την πορνεία και κακοποίηση. Μόνο εσείς μπορείτε να</p>

		<p>αποφασίσετε για τον βαθμό στον οποίο νιώθετε, ως οικογενειακός φροντιστής, ότι μπορείτε να τα εξηγήσετε όλα αυτά στο YA χωρίς συναίσθημα.</p>
<p>Από τη θεωρία στην πράξη: η έμπρακτη υποστήριξη της ΥΛΑ σχετικά με τη χρήση πορνογραφίας</p>	<p>Ποιες είναι οι σκέψεις και η διαθεσιμότητά σας για την ουσιαστική υποστήριξη του YA στην εφαρμογή της απόφασής του/της;</p>	<p>Φυσικά, πρέπει να σεβόμαστε τις επιλογές του YA και να τηρούμε το απόρρητο στα σεξουαλικά ζητήματα, αλλά δεν πρέπει ποτέ να παραμελούμε την προστασία του.</p> <p>Σήμερα, το μεγαλύτερο μέρος της πορνογραφίας κυκλοφορεί στο διαδίκτυο, και υπάρχουν πολλές απάτες στις ιστοσελίδες που έχουν να κάνουν με το σεξ. Αυτοί οι απατεώνες μπορεί να ζητήσουν χρήματα, τη χρήση πιστωτικής κάρτας, ή να δελεάσουν το YA με «πολλά υποσχόμενες» συναντήσεις με αγνώστους κ.λπ. Ίσως μια καλή ιδέα είναι να ελέγξετε εκ των προτέρων κάποιες ιστοσελίδες που φαίνονται πιο ασφαλείς να χρησιμοποιήσει το YA και να τις προτείνετε. Επίσης, να ενθαρρύνετε το YA να μιλήσει με τον υποστηρικτή του ή ένα μέλος της οικογένειας εάν αισθάνεται ότι συμβαίνει κάτι περίεργο ή/και αν του ζητήσουν πράγματα.</p> <p>Για να παρακολουθήσει το YA πορνογραφικό υλικό, χρειάζεται κάποιο ιδιωτικό χώρο και ένα λάπτοπ/υπολογιστή/τάμπλετ. Είναι η οικογένεια έτοιμη και προετοιμασμένη να προσφέρει αυτήν την ιδιωτικότητα; Εάν αυτή δεν είναι διαθέσιμη στο σπίτι, υπάρχει άλλο ασφαλές μέρος που μπορεί να χρησιμοποιήσει το YA;</p> <p>» Γενικά, το YA πρέπει να ενημερώνεται κατάλληλα για τους πιθανούς κινδύνους που μπορεί να αντιμετωπίσει όταν ασχολείται με πορνογραφικό υλικό.</p>

ΥΛΑ και ΑΓΟΡΑΙΟΣ ΕΡΩΤΑΣ

Σημαντική επισήμανση

Το γεγονός ότι το SMARTS πραγματεύεται αυτό το θέμα, δεν σημαίνει ότι το SMARTS υποστηρίζει/ συνιστά την ΥΛΑ προς αναζήτηση αγοραίου έρωτα.

Ακολουθεί μια ουδέτερη περιγραφή των ζητημάτων που ενδέχεται να προκύψουν όταν το ΥΑ ζητήσει μέσω της ΥΛΑ να αποκτήσει πρόσβαση σε οποιαδήποτε μορφή αγοραίου έρωτα. Η υποστήριξη των δικαιωμάτων στη σεξουαλικότητα δεν σημαίνει ότι επιτρέπονται παράνομες δραστηριότητες. Το παρακάτω κείμενο επιχειρεί να διερευνήσει τα νόμιμα περιθώρια ελευθερίας κινήσεων στο συγκεκριμένο θέμα καθώς και τα πιθανά επακόλουθα για όλους όσους σκοπεύουν να χρησιμοποιήσουν τις υπηρεσίες αγοραίου έρωτα.

► ΥΛΑ & αγοραίος έρωτας

Σημαντικοί ορισμοί:

Ερωτική βοήθεια είναι η γκάμα των υπηρεσιών οι οποίες προσφέρονται από εκπαιδευμένους επαγγελματίες σε ΑμεΑ, προκειμένου να επιτύχουν να δραστηριοποιηθούν σεξουαλικά.

Ερωτικοί βοηθοί (ΕΒ) είναι οι επαγγελματίες οι οποίοι έχουν εκπαιδευτεί στην κατάλληλη επικοινωνία, στη χαλάρωση και στις σεξουαλικές τεχνικές (διεισδυτικές και μη), με σκοπό την ενίσχυση της σεξουαλικότητας των ΑμεΑ.

Πόρνες / Πορνεία είναι η παροχή οποιασδήποτε μορφής σεξουαλικών υπηρεσιών σε κάποιον επ' αμοιβή. Οι περισσότερες (αλλά όχι όλες) οι πόρνες είναι γυναίκες και η πορνεία απαντάται σε όλες τις χώρες του κόσμου.

Σε αυτό τον οδηγό χρησιμοποιούμε τον όρο **“εργάτρια του σεξ”** καλύπτοντας και τις δύο μορφές επαγγελματικής δραστηριότητας.

Υπάρχουν διάφοροι ορισμοί για τους “ερωτικούς βοηθούς”. Ένας τρόπος να προσεγγίσει κανείς το θέμα (Centeno 2013) είναι απλά να θεωρήσουμε ότι κάποιος βοηθιέται να προσεγγίσει σεξουαλικά το σώμα του. Για παράδειγμα ο ερωτικός βοηθός θα βοηθούσε το άτομο πριν, κατά τη διάρκεια και μετά από ερωτικές πράξεις με άλλα άτομα, σε οτιδήποτε δεν μπορεί να κάνει χωρίς βοήθεια. Ο ερωτικός βοηθός μπορεί επίσης να αυνανίσει το άτομο αν εκείνο δεν μπορεί να το πράξει χωρίς βοήθεια. Μερικοί οργανισμοί (π.χ. η ομάδα Tandem) έχουν προχωρήσει ακόμα περισσότερο. Αντί για τη λέξη “βοηθός” χρησιμοποιούν τον όρο “Προσωπικός και ερωτικός συνοδός”, ορίζοντας αυτή την υπηρεσία ως ακόμη έναν τρόπο να βοηθηθεί κάποιος στα πλαίσια των προσπαθειών για την ικανοποιητική έκφραση σεξουαλικότητας.

Μερικές προσεγγίσεις θεωρούν την ερωτική βοήθεια θεραπευτική. Τα άτομα γνωρίζουν και διαχειρίζονται τη σεξουαλικότητά τους, εφόσον ο στόχος του βοηθού δεν είναι η άμεση

ικανοποίηση επιθυμιών, αλλά η εφαρμογή μιας θεραπείας εφαρμοσμένης από ένα επαγγελματία σεξολόγο (ISESUS.)

Είναι δύσκολη ή διάκριση των ορίων μεταξύ της Ερωτικής Βοήθειας και της πορνείας. Ένας υποστηρικτής/ Προϊστάμενος πριν προτείνει τη χρήση των υπηρεσιών ενός ΕΒ, θα πρέπει να ελέγξει την προηγούμενη εμπειρία και εκπαίδευση του ΕΒ στην υποστήριξη των ΑμεΑ. Δεν προσφέρουν όλοι οι ΕΒ, ούτε όλες οι χώρες τέτοιες υπηρεσίες.

Η εκπαίδευση θεωρείται αναγκαία, διότι χωρίς αυτή ο ΕΒ δεν μπορεί να κάνει τη δουλειά του σωστά. Για παράδειγμα, δεν θα ξέρει πώς να αντιδράσει σε μια συναισθηματική ένταση που ενδέχεται να παρουσιάσει ο πελάτης του ή δεν θα γνωρίζει ασφαλή τρόπο να μεταφέρει ένα άτομο από το αναπηρικό αμαξίδιο στο κρεβάτι. Το πιο σημαντικό είναι ότι δεν θα μπορεί να βοηθήσει τον πελάτη να εξερευνήσει τις αισθήσεις του και να μάθει μέσα από τη σεξουαλικότητά του (Sanchez, 2014).

Παρότι οι ερωτικοί βοηθοί ανήκουν στους επαγγελματίες του αγοραίου έρωτα, όπως και οι πόρνες, υπάρχουν μερικές σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο παρεχόμενων υπηρεσιών. . Και οι δυο αμείβονται με χρήματα. Οι ερωτικοί βοηθοί έχουν επιλέξει οικειοθελώς να παρέχουν αυτού του είδους τις υπηρεσίες και δεν τους εκθέτει ή τους εκμεταλλεύεται κάποιος. Αναμένεται να προσφέρουν διάφορες επιλογές και επίπεδα υποστήριξης ανάλογα με τις επιθυμούμενες εκφράσεις σεξουαλικότητας, ενώ οι πόρνες κυρίως προσφέρουν σεξουαλικές υπηρεσίες.

Ερωτικοί Βοηθοί	Πόρνες
Προσφέρουν τις υπηρεσίες τους σε ΑμεΑ (με κινητικές ή αναπτυξιακές αναπηρίες).	Προσφέρουν τις υπηρεσίες τους σε όποιον δύναται να τις πληρώσει.
Οι επαγγελματίες έχουν επιλέξει να παρέχουν αυτή την υπηρεσία και ο ερωτικός βοηθός έχει επιλεγεί από το υποστηριζόμενο άτομο.	Πολλές (αλλά όχι όλες) οι πόρνες δεν έχουν επιλέξει αυτού του είδους την εργασία αλλά την κάνουν διότι δεν έχουν άλλη επιλογή. Πολλές από αυτές τις εκμεταλλεύονται άντρες (προαγωγοί), αρκετές φορές δια της βίας. Μερικές πόρνες είναι εθισμένες σε ουσίες ή στο αλκοόλ.
Προσφέρεται υποστήριξη για μια γκάμα σεξουαλικών εμπειριών, όπως είναι ο αυτοερωτισμός, ο αυνανισμός και οι συνευρέσεις με τρίτους.	Προσφέρεται όποια σεξουαλική πρακτική συμφωνηθεί μεταξύ της πόρνης και τον πελάτη
Οικονομική συναλλαγή	Οικονομική συναλλαγή
Πιθανότατα έχει εκπαιδευτεί σχετικά με την σεξουαλικότητα και την αναπηρία, διαθέτει σχετική προϋπηρεσία.	Δεν έχει προηγηθεί κάποια εκπαίδευση σχετική με τις αναπηρίες και τις σεξουαλικές τους ανάγκες. Όποια προηγούμενη εμπειρία είχαν σχετικά με την σεξουαλικότητα και την αναπηρία, μάλλον ήταν απροσδόκητη, σποραδική και αφορούσε μόνο ένα μικρό μέρος της επαγγελματικής τους δραστηριότητας.

► **Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον αγοραίο έρωτα (ερωτικοί βοηθοί και πόρνες) για τα ΑμεΑ**

Αν το υποστηριζόμενο ΑμεΑ επιθυμεί και μπορεί να συναντήσει επί πληρωμή μια εργάτρια του σεξ σε χώρες και μέρη όπου αυτό είναι εφικτό, η συγκεκριμένη λύση μπορεί να είναι εύκολα πραγματοποιήσιμη και στοχευμένη.

Όμως υπάρχει ένας κίνδυνος για το ΑμεΑ που επιλέγει να βρεθεί, ειδικά με κάποια πόρνη, ο οποίος είναι μεγαλύτερος για αυτόν από ότι για το γενικό πληθυσμό. Οι εργάτριες του σεξ, συνδέονται συχνά με παράνομες δραστηριότητες και βρίσκονται σε μέρη όπου είναι ίσως επικίνδυνο για ένα ΑμεΑ να κυκλοφορήσει. Επίσης, αν στο υποστηριζόμενο άτομο αρέσει αυτή η εμπειρία, τότε μπορεί να επιλέξει να συναντιέται συχνά με πόρνες.. Αυτό σημαίνει ότι τα έξοδα της οικογένειας του ΑμεΑ θα αυξηθούν ώστε να ανταποκριθούν σε αυτή την επιθυμία του ΥΑ. Παράλληλα αυξάνεται ο κίνδυνος να μολυνθεί κάποιος από ΣΜΝ. Μια ακόμα επιπλοκή η οποία μπορεί να οδηγήσει σε συναισθηματικές απογοητεύσεις, είναι να ερωτευτεί το ΑμεΑ την πόρνη.

Η χρήση των υπηρεσιών ενός ερωτικού βοηθού μπορεί να αποδειχθεί ευκολότερη και πιο αξιόπιστη λύση από το να στραφεί το ΑμεΑ σε κάποια πόρνη. Αυτό εξαρτάται και από την ισχύουσα τοπική νομοθεσία της κάθε χώρας. Σε μερικές ευρωπαϊκές χώρες οι ερωτικοί βοηθοί δεν υφίστανται επισήμως ακόμη.

Ακόμα και σε αυτή την περίπτωση βέβαια, τα ηθικά, οικονομικά και συναισθηματικά ζητήματα που προκύπτουν για το ΑμεΑ, την οικογένεια και τους παρόχους υπηρεσιών μπορεί να αποδειχθούν εξίσου δύσκολα να επιλυθούν έτσι ώστε όλοι να είναι ικανοποιημένοι.

► **Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτές τις περιπτώσεις;**

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Η ερωτική βοήθεια, όπως και η πορνεία, ανήκουν στο είδος των δραστηριοτήτων των οποίων η νομιμότητα συχνά αμφισβητείται, διαφέρει από χώρα σε χώρα και ακόμα στερείται προστασίας από κάποια νομοθεσία σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Πάντως η ΕΕ έχει δείξει ενδιαφέρον στο να μελετήσει και να αναλύσει τις επιμέρους εμπειρίες σε αυτό τον τομέα στο [Commercial Sex, 'Sexual Assistance' and People with Disabilities: A Qualitative Inquiry on Sweden, Britain, and Switzerland](#).

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Στην Ελλάδα η πορνεία επιτρέπεται να εξασκείται μόνο σε σπίτια που λάβει νόμιμη άδεια να λειτουργούν ως Οίκοι Ανοχής. Το να βρει κανείς μια πόρνη στον δρόμο ή το να κανονίσει να βρεθεί μαζί της σε κάποιο ξενοδοχείο είναι παράνομο, αν και πολύς κόσμος συνηθίζει να κάνει και τα δύο.

Για να επιτραπεί σε κάποιον/α να εξασκήσει το επάγγελμα της πόρνης χρειάζεται να.

- » Είναι πάνω από 18 και ανύπαντρη
- » Έχει το νόμιμο δικαίωμα να ζει και να εργάζεται στην Ελλάδα
- » Μην πάσχει από Σεξουαλικά Μεταδιδόμενο Νόσημα ή από ψυχική διαταραχή

- » Μην είναι εξαρτημένη από ουσίες
- » Μην έχει καταδικαστεί για δολοφονία, προαγωγή, εμπόρια ανθρώπινης σαρκός, παιδική πορνογραφία, ληστεία ή εκβιασμό
- » Έχουν εγγραφεί στην σχετική λίστα της Περιφέρειας στην οποία εργάζεται και να έχει Κάρτα Υγείας, η οποία θα πρέπει να ανανεώνεται κάθε δύο εβδομάδες.

Δεν υφίσταται κάποιος νόμος σχετικά με την πορνεία και τα ΑμεΑ, αλλά καθώς έχουν ισότιμα με όλους τους άλλους δικαιώματα στις δημόσιες και ιδιωτικές υπηρεσίες, αντιστοίχως έχουν και το δικαίωμα να επινοικιάσουν τις υπηρεσίες κάποιας πόρνης.

Οι ερωτικοί βοηθοί δεν υφίστανται ακόμα νομικά στην Ελλάδα.

Συνεπώς δεν υπάρχει κάποιος εγγυημένος τρόπος να ξεχωρίζει ένας εκπαιδευμένος για τα ΑμεΑ ερωτικός βοηθός από μία πόρνη η οποία “εξειδικεύεται” σε πελάτες με διαφόρων ειδών αναπηρίες.



► Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα

Βασικά σημεία σχετικά με τη διαδικασία της ΥΛΑ, τα οποία ίσως να προβληματίσουν τους υποστηρικτές καθώς προετοιμάζουν το πλαίσιο υποστήριξης αναφορικά με τον αγοραίο έρωτα

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Σε ποιο βαθμό ο υποστηρικτής θα επηρεάσει την άποψη του ΥΑ για το αν θα χρησιμοποιήσει τις υπηρεσίες αγοραίου έρωτα ή όχι.</p> <p>Οι προσωπικότητες και αξίες του Υποστηρικτή και του Διευκολυντή, μπορεί, έστω και υποσυνείδητα, να επηρεάσουν την επιλογή του ΥΑ για το αν θα θελήσει να συναντηθεί με κάποια εργάτρια του σεξ.</p>	<p>Είναι εφικτό για τον Υποστηρικτή να διατηρήσει την ουδετερότητά του όταν το ΥΑ επιλέγει να συναντηθεί με έναν “ερωτικό βοηθό” ή κάποια πόρνη;</p>	<p>Αναμένεται ο Υποστηρικτής και ο Διευκολυντής να παραμερίσουν τα προσωπικά τους ηθικά διλήμματα και να εξηγήσουν / επικοινωνήσουν με ουδέτερο τρόπο στο ΥΑ σχετικά με τα πλεονεκτήματα- μειονεκτήματα του να επιλέξουν μια εργάτρια του σεξ.</p> <p>Εφόσον το ΥΑ επιτρέπεται νομικά να συνευρεθεί με μια εργάτρια του σεξ, τότε έχει το δικαίωμα, όπως ο καθένας, να το πράξει.</p> <p>Σε αυτή τη συζήτηση θα πρέπει να εξηγηθεί το νομικό πλαίσιο, τα θέματα υγιεινής καθώς και οι συναισθηματικές παράμετροι που εμπλέκονται σε αυτή την επιλογή.</p>

<p>Τι επίπεδο υποστήριξης χρειάζεται να παρέχουν ο Υποστηρικτής και ο Διευκολυντής στο ΥΑ, το οποίο επιθυμεί να χρησιμοποιήσει τις υπηρεσίες μιας εργάτριας του σεξ;</p> <p>Χρειάζεται απλά να του εξηγήσουν τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα; Ή θα μπορούσαν επίσης να παρέχουν στον ενδιαφερόμενο συγκεκριμένες πληροφορίες στο πού να ψάξει και πώς;</p>	<p>Είναι δίκαιο/ λογικό/ ρεαλιστικό να αναμένουμε από τους υποστηρικτές να υποστηρίζουν τα ΑΜΕΑ στο να αναζητήσουν και να συναντήσουν μια εργάτρια του σεξ εφόσον οι ίδιοι πιστεύουν ότι κάτι τέτοιο είναι εξαρχής λάθος/ επικίνδυνο;</p>	<p>Η συμμετοχή σε συνεντεύξεις αγοραίου έρωτα, συνήθως είναι ένα περίπλοκο ζήτημα. Από τη στιγμή που το ΥΑ αποφασίσει να συνενρευθεί με εργάτρια του σεξ, καλό είναι να βοηθηθεί να βρει έναν Ερωτικό Βοηθό, ο οποίος επιτρέπεται νομίμως να αναλάβει αυτό το έργο (για παράδειγμα να αναζητηθεί μέσα από τις σχετικές, προσφερόμενες υπηρεσίες της κάθε περιοχής και ο οποίος θα είναι ειδικώς εκπαιδευμένος για ΑμεΑ και θα ακολουθεί όλες τις προφυλάξεις υγιεινής και ασφάλειας.</p> <p>Ο Υποστηρικτής θα πρέπει να διασφαλίσει το ότι το ΥΑ είναι επαρκώς πληροφορημένο και ότι όλη η διαδικασία είναι νομικά και επαγγελματικά εντάξει. Αφού το ΥΑ ολοκληρώσει την υποστηριζόμενη επιλογή του, ίσως ο Υποστηρικτής να μην χρειαστεί να εμπλακεί περαιτέρω, καθώς η ΥΛΑ ολοκληρώνεται σε αυτό το σημείο.</p> <p>Η ευθύνη για την εφαρμογή αυτής της απόφασης αφορά όλη την υπηρεσία η οποία υποστηρίζει το άτομο και τον προϊστάμενο/ διευθυντή ειδικότερα, οι οποίοι χρειάζεται να ασχοληθούν με το πώς θα υποστηριχθεί αυτή η απόφαση του ΥΑ.</p>
<p>Η απόφαση του ΥΑ να διερευνήσει μια πιθανή συνάντηση με εργάτρια του έρωτα, μπορεί να επηρεάσει κι άλλα άτομα στο περιβάλλον του σε τρίτους, για παράδειγμα μέλη της οικογένειας, άλλους ενόικους που διαμένουν στις ίδιες εγκαταστάσεις με το ΥΑ, τον διευθυντή του πλαισίου κλπ.</p> <p>Η απόφαση του να λάβουν χώρα ή ακόμα και να ενθαρρυνθούν ερωτικές συναντήσεις επ αμοιβή, στο μέρος όπου διαμένει το ΥΑ, ενδέχεται να επιφέρει νομικές και κοινωνικές επιπτώσεις στο περιβάλλον διαβίωσης του ΥΑ, καθώς και στον ίδιο προσωπικά.</p>	<p>Πριν την απόφαση του ΥΑ να χρησιμοποιήσει τις υπηρεσίες αγοραίου έρωτα, θα έπρεπε να ληφθούν υπόψη οι πιθανές επιπτώσεις προς τρίτους;</p>	<p>Τόσο ο υποστηρικτής, όσο και το υποστηριζόμενο άτομο, θα έπρεπε να λάβουν υπόψη και να συζητήσουν τις πιθανές επιπτώσεις προς τρίτους και ίσως να συνομιλήσουν και με εκείνους ώστε να προετοιμάσουν το έδαφος για την επιλογή του ΥΑ.</p> <p>Θα ήταν λογικό να υποθέσουμε ότι ακόμα και τηρώντας πιστά όλους τους κανονισμούς περί απορρήτου, η φύση των συναντήσεων του ΥΑ με εργάτρια του σεξ μέσα στο πλαίσιο, θα γίνουν γνωστές στους υπολοίπους. Καλό είναι να προετοιμαστείτε εγκαίρως για το πώς θα το διαχειριστείτε αυτό.</p>

► Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις

 ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΥΑ	 ΘΕΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΑ
<p>Το ΥΑ κατανοεί τις νομικές επιπτώσεις του να επιλέξει να χρησιμοποιήσει τις υπηρεσίες μιας εργάτριας του σεξ;</p> <ul style="list-style-type: none"> » Κατανοεί το ΥΑ ότι αυτή δεν μπορεί να είναι μια ερωτική ή έστω τρυφερή σχέση μεταξύ ενηλίκων αλλά πρόκειται απλά για μια οικονομική συναλλαγή; » Του έχουν εξηγηθεί πλήρως τα κόστη αυτών των υπηρεσιών; » Του έχουν εξηγηθεί οι κίνδυνοι που μπορούν να προκύψουν σε διάφορους τομείς όπως ο τομέας της υγείας, ο κοινωνικός, ο νομικός; » σε επίπεδο υγείας: ο κίνδυνος για ΣΜΝ; » σε νομικό επίπεδο: οι διαφορές του ερωτικού βοηθού συγκριτικά με μία πόρνη (η συμμετοχή σε εκμετάλλευση πορνών, τιμωρείται από τον νόμο). » Ως προς την ασφάλεια προκύπτει κίνδυνος όταν πηγαίνει σε κακόφημες περιοχές ή όταν έρχεται σε επαφή με ανεπιθύμητα άτομα, επίσης ενδέχεται να πέσει θύμα ληστείας και να χάσει τα χρήματα που προορίζονταν για τις πόρνες. » Υπάρχει ο κίνδυνος του κοινωνικού στίγματος αν κάποιος χρησιμοποιεί τις υπηρεσίες του αγοραίου έρωτα; 	<ul style="list-style-type: none"> » Υπάρχουν άλλες επιλογές, οικονομικότερες και κοινωνικά πιο αποδεκτές, οι οποίες θα μπορούσαν να ικανοποιήσουν επαρκώς τις ανάγκες και προσδοκίες του υποστηριζόμενου ατόμου; » Γνωρίζει το ΥΑ τι είδους υπηρεσίες μπορεί να προσφέρει μια εργάτρια του σεξ καθώς και πώς μπορεί να εξηγήσει τις ανάγκες τους σε αυτόν/ αυτήν... » Αν το ΥΑ έχει κατανοήσει ότι πρόκειται για μια υπηρεσία με οικονομικό αντίτιμο και επιπλέον του έχουν παρουσιαστεί οι εναλλακτικές επιλογές, τελικά επιθυμεί την συνάντηση με μια εργάτρια του σεξ; Αν ναι, για ποιους λόγους; » Γνωρίζει το ΥΑ ότι πρόκειται για ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα και ότι μπορεί να επιλέξει να μην τα μοιραστεί με κανέναν; » Μπορεί πράγματι να διατηρηθεί απόρρητη μια τέτοια συνάντηση όταν το ΥΑ διαμένει με την οικογένειά του ή μαζί με άλλους ενοίκους; » Πώς αισθάνεται το ΥΑ για το γεγονός ότι μπορεί να μάθει το κοινωνικό του περιβάλλον ότι συναντιέται με κάποια εργάτρια του σεξ;

► Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές

Θέμα	<u>Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές</u>	Η προσέγγιση SMARTS
<p>Το να επικοινωνήσετε με το ΥΑ ώστε να σίγουρα καταλάβετε και να διασαφηνίσετε τις ανάγκες του, είναι το πρώτο σημαντικό βήμα για την εφαρμογή της ΥΛΑ.</p> <p>Ως οικογενειακός φροντιστής, είσαστε κοντά με το ΥΑ οπότε</p>	<p>Έχετε συζητήσει με το ΥΑ σχετικά με την επιλογή του να συναντηθεί με εργάτρια του σεξ και έχετε κατανοήσει τις επιθυμίες του σχετικά με την επιλογή αυτή;</p> <p>Είναι το ΥΑ πληροφορημένο επαρκώς για τις υπηρεσίες που προσφέρουν τα δύο είδη των εργατριών του σεξ και για τις διαφορές μεταξύ τους;</p>	<p>Το να απαντηθούν αυτά τα ερωτήματα είναι πολύ σημαντικό, έτσι ώστε το ΥΑ να λάβει ανεξάρτητα μια καλά ενημερωμένη απόφαση.</p> <p>Αν αισθάνεστε ότι είναι δύσκολο για εσάς να συζητήσετε αυτές τις ευαίσθητες προσωπικές πληροφορίες με το ΥΑ, μην διστάσετε να ζητήσετε βοήθεια από τους ειδικούς.</p>

<p>είναι ευκολότερο για εσάς να κατανοήσετε τι πραγματικά επιθυμεί;</p>	<p>Έχει υπόψη του/ της ότι αυτή είναι μια σεξουαλική και οικονομική συνδιαλλαγή και ότι δεν εμπεριέχει ερωτικά συναισθήματα;</p> <p>Το ΥΑ πιστεύει ότι αυτή είναι η μόνη του ευκαιρία να ικανοποιήσει τις σεξουαλικές του ανάγκες;</p>	
<p>Αναστοχαστείτε πάνω στην δική σας άποψη για το ζήτημα</p> <p>Έχετε τη δική άποψη σχετικά με την πιθανότητα να επιλέξει το ΥΑ τις υπηρεσίες μιας εργάτριας του σεξ.</p> <p>Είναι σημαντικό να διερευνήσετε τις σκέψεις και τους φόβους σας, έτσι ώστε να συμμετέχετε αποτελεσματικά στην ΥΛΑ.</p>	<p>Αισθάνεστε καθουσιασμένοι με το γεγονός ότι οι σεξουαλικοί βοηθοί έχουν εκπαιδευτεί ειδικώς ώστε να δουλεύουν με ΑμεΑ;</p> <p>Προτιμάτε αυτή την εναλλακτική αντί να επιλέξει μια πόρνη;</p> <p>Ο κίνδυνος για ΣΜΝ υφίσταται βέβαια και σε αυτή την περίπτωση. Είναι το ΥΑ επαρκώς πληροφορημένο και έτοιμο να εφαρμόσει και να απαιτήσει κανόνες υγιεινής και την κατάλληλη αντισύλληψη;</p>	<p>Η διαδικασία ΥΛΑ προτείνει το ΥΑ να έχει πρόσβαση σε όλες τις διαθέσιμες πληροφορίες πριν λάβει μια απόφαση.</p> <p>Είναι ελεύθερος να λάβει την προσωπική του απόφαση εφόσον γνωρίζει τα πιθανά αποτελέσματα και τους κινδύνους, ανεξάρτητα από τα συναισθήματα και τις γνώμες της οικογένειάς του/της και των φροντιστών του.</p> <p>Στην περίπτωση που αισθάνεστε, ή στην ανακαλύψετε καθώς συζητάτε με το ΥΑ, ότι μπορεί να παρασυρθείτε από τους φόβους σας κι έτσι να επηρεάσετε τους φόβους του γιου/ της κόρης σας, ίσως θα ήταν καλύτερο να ζητήσετε βοήθεια από τους επαγγελματίες οι οποίοι γνωρίζουν τον γιο, την κόρη σας και επιθυμούν να του /της παρέχουν έγκυρες πληροφορίες.</p>
<p>Εάν τελικά το ΥΑ επιλέξει να χρησιμοποιήσει τις υπηρεσίες μιας εργάτριας του σεξ, είστε πρόθυμος/η να του/ της παρέχετε κάποιες υποδομές ώστε να δώσετε την ευκαιρία να συμβεί αυτό με ασφάλεια;</p>	<p>Για παράδειγμα αν ο γιος, η κόρη σας μένει στο σπίτι και/ ή μοιράζεται το δωμάτιό της/ του με κάποιον άλλο, τότε υπάρχει η ανάγκη να βρεθεί ένας εναλλακτικός χώρος.</p> <p>Το μέρος όπου διαμένει μπορεί να αδυνατεί να υποστηρίξει αυτή την απόφαση. Εφόσον τον/ την βοηθήσατε να λάβει την συγκεκριμένη απόφαση, θα μπορούσατε επίσης να τον / την βοηθήσατε να την εφαρμόσει;</p>	<p>Είναι εφικτό/ αποδεκτό για τον οικογενειακό προϋπολογισμό να καλύψει τα έξοδα για τις υπηρεσίες μιας εργάτριας τους σεξ;</p> <p>Υπάρχει διαθέσιμο κάποιο δωμάτιο ώστε να γίνει η συνέντευξη με ιδιωτικότητα?</p>



ΥΛΑ και Αυνανισμός και η Χρήση Ερωτικών Βοηθημάτων

► Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον αυνανισμό και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων

Ως αυνανισμός ορίζεται ο ερωτικός αυτοερεθισμός των γεννητικών οργάνων, ο οποίος συνήθως καταλήγει σε οργασμό και επιτυγχάνεται είτε με το χέρι είτε με οποιαδήποτε άλλη σωματική επαφή, εκτός από την ερωτική συνεύρεση, με ερεθισμό μέσω άλλων αντικειμένων, μερικές φορές με ερωτικές φαντασιώσεις ή μέσω διαφόρων συνδυασμών των παραπάνω μεθόδων (Merriam-Webster Dictionary online). Θεωρείται μια διαχρονική, παγκόσμια αυτοερωτική μέθοδος, η οποία παραδοσιακά αποδίδεται περισσότερο στους άντρες. Καθώς αυτό φαίνεται να έχει συνδεθεί κυρίως με πολιτισμικές αντιλήψεις, τα τελευταία χρόνια οι αντιλήψεις έχουν αλλάξει, έτσι ώστε οι γυναίκες να μην φοβούνται να παραδεχτούν ότι αυνανίζονται ή ότι θα ήθελαν να το δοκιμάσουν. Μέχρι τον 19ο αιώνα, ακόμα και μέχρι τις αρχές του 20ου, αρκετοί μύθοι και προκαταλήψεις, με καθαρά θρησκευτικές ρίζες, είχαν συνδεθεί με την πράξη του αυνανισμού, στην προσπάθεια να αποτραπούν οι επίδοξοι «αμαρτωλοί» σχετικά με τα υποθετικά δεινά του αυνανισμού (πχ ο αυνανισμός προκαλεί τύφλωση). Από τότε που υπήρχαν αυτές οι αντιλήψεις μέχρι σήμερα η επιστήμη έχει αποδείξει ότι ο αυνανισμός δεν προκαλεί καμία βλάβη, και μάλιστα προσφέρει κάποια πλεονεκτήματα για όσους αποφασίζουν να μην εκτεθούν σε ολοκληρωμένες ερωτικές σχέσεις.

Ερωτικά βοηθήματα : Αντικείμενα τα οποία χρησιμοποιούνται για να προσφέρουν ή να ενισχύσουν την σεξουαλική ευχαρίστηση. Για παράδειγμα ένας δονητής. Μπορούν να αποκτηθούν σε εξειδικευμένα φυσικά ή διαδικτυακά sex shops. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά την διάρκεια σεξουαλικής συνεύρεσης ή κατά την διάρκεια αυνανισμού.

► Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον αυνανισμό και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων για τα ΑμεΑ

Τα ΑμεΑ μπορούν να πειραματιστούν με τον αυνανισμό και, εφόσον μπορούν να ανταπεξέλθουν οικονομικά και επιθυμούν να το δοκιμάσουν, να χρησιμοποιήσουν ερωτικά βοηθήματα όπως και ο καθένας.

Παρόλα αυτά, χρειάζεται να ληφθούν υπόψη και να διερευνηθούν κάποια ζητήματα. Ο αυνανισμός οριοθετείται από συγκεκριμένους κανόνες που έχουν να κάνουν με την ιδιωτικότητα και το απόρρητο. Επιπλέον τόσο για τον αυνανισμό, όσο και για την χρήση ερωτικών βοηθημάτων, χρειάζεται να εξηγηθούν κάποια προληπτικά μέτρα σχετικά με την υγεία και την ασφάλεια, πριν το άτομο αποφασίσει να πειραματιστεί με νέα αντικείμενα. Ειδικότερα για άντρες και γυναίκες οι οποίοι ανήκουν στο φάσμα του αυτισμού, η πιθανότητα να αυνανίζονται για αρκετές φορές μέσα στην ημέρα, είναι μια πιθανότητα η οποία δεν θα έπρεπε να παραβλεφθεί

► **Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτές τις περιπτώσεις;**

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Παρά το γεγονός ότι η αγορά των σεξουαλικών παιχνιδιών αναπτύσσεται σε ολόκληρη την Ευρώπη τα τελευταία χρόνια, δεν φαίνεται να υπάρχουν κανονισμοί για τη χρήση ή την αγορά τους σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Παρόλο που σε ορισμένες χώρες (π.χ. Ινδία, Μαλαισία) απαγορεύεται η κατοχή ή η πώληση σεξουαλικών παιχνιδιών, αυτό δεν ισχύει για τις χώρες της Ευρώπης, όπου τα σεξουαλικά παιχνίδια διανέμονται και πωλούνται ελεύθερα. Οι περισσότερες συζητήσεις σχετικά με τους κανονισμούς για τα σεξουαλικά παιχνίδια στην Ευρώπη αφορούν γενικά ζητήματα ασφάλειας και προστασίας των καταναλωτών, αν και δεν υπάρχει ακόμη επίσημη συγκεκριμένη οδηγία ή νομοθεσία.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Στην Ελλάδα προς το παρόν δεν υπάρχει νομικό πλαίσιο για την αγορά και κατοχή σεξουαλικών παιχνιδιών. Δεν αναφέρεται νόμιμο όριο ηλικίας για την αγορά σεξουαλικών παιχνιδιών. Φαίνεται να μην υπάρχουν νόμοι γύρω από τα ΑμεΑ και τη χρήση σεξουαλικών παιχνιδιών

► **Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα**



Βασικά σημεία σχετικά με τη διαδικασία της ΥΛΑ, τα οποία ίσως να προβληματίσουν τους υποστηρικτές καθώς προετοιμάζουν το πλαίσιο υποστήριξης αναφορικά με τον αυνανισμό και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων.

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Ο αυνανισμός απαιτεί ένα σύνθετο σύνολο δεξιοτήτων, όπως γνώση των μερών του σώματος, γνώση ανατομίας, πειραματισμό, χρήση διαφορετικού εξοπλισμού κ.λπ. ώστε το ΥΑ να αντλήσει ικανοποίηση.</p>	<p>Πώς μπορεί ο Υποστηρικτής να βοηθήσει το ΥΑ να κατανοήσει το νόημα/διαδικασία του αυνανισμού;</p>	<p>Ακούστε αυτό που ήδη ξέρουν: τι γνώση έχει ήδη το ΥΑ. σχετικά με την ανατομία, τα μέρη του σώματος και τη σεξουαλικότητα του; Δημιουργήστε μια συζήτηση με ανοιχτές ερωτήσεις, για να καταλάβετε τί σημαίνει αυνανισμός για το ΥΑ. Υποστηρίξτε τη λεκτική επικοινωνία με τη χρήση οπτικών βοηθημάτων (π.χ. ανατομικά σωστές εικόνες σώματος, εκπαιδευτικά DVD κ.λπ.). Εξηγήστε στο ΥΑ πώς λειτουργεί το σώμα μας και τη χρησιμότητα των ερωτικών βοηθημάτων. Αυτή η γνώση θα αποτελέσει τη βάση για τη λήψη μιας τεκμηριωμένης απόφασης.</p>

		<p>Είναι πιθανό οι Υποστηρικτές να μην αισθάνονται διατεθειμένοι / ικανοί / επαρκώς ενημερωμένοι ώστε να κάνουν οι ίδιοι αυτή τη συζήτηση. Στην περίπτωση αυτή ο ρόλος τους μπορεί να αλλάξει σε εκείνον της εύρεσης ενός ειδικού που μπορεί να το αναλάβει, αλλά και της υποστήριξης του ΥΑ για να ανοίξει το θέμα με τον ειδικό.</p>
<p>Ο αυνανισμός και η χρήση ερωτικών βοηθημάτων είναι ένα ευαίσθητο θέμα. Ανάλογα με τον ρόλο του Υποστηρικτή στη ζωή του ΥΑ, χαράσσονται διαφορετικές γραμμές και τίθενται διαφορετικά όρια. Οι υποστηρικτές πρέπει να είναι προσεκτικοί και ξεκάθαροι σχετικά με το πλαίσιο του ρόλου τους.</p>	<p>Πού τελειώνει ο ρόλος μου ως Υποστηρικτής όταν ανοίγω το θέμα του αυνανισμού και της χρήσης ερωτικών βοηθημάτων;</p>	<p>Διαφορετικοί περιορισμοί τίθενται ανάλογα με το ρόλο του υποστηρικτή στη ζωή του ΥΑ (για παράδειγμα, ένας επαγγελματίας μπορεί να είναι σε θέση να ενημερώσει για τον αυνανισμό, αλλά το να βοηθήσει το ΥΑ στην απόκτηση και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων υπερβαίνει τα όρια του ρόλου του). Οι υποστηρικτές θα πρέπει να είναι προσεκτικοί σχετικά με το πού τελειώνει ο ρόλος τους όταν προσεγγίζουν αυτό το θέμα. Μπορούν να γίνουν διασυνδέσεις για να διασφαλιστεί ότι το ΥΑ λαμβάνει την υποστήριξη που χρειάζεται, εάν υπερβαίνει τα όρια του Υποστηρικτή (για παράδειγμα, καθώς το άγγιγμα με σεξουαλική πρόθεση απαγορεύεται αυστηρά τόσο για επαγγελματίες όσο και για μέλη της οικογένειας, ένας σεξουαλικός βοηθός θα μπορούσε να προσφέρει τις υπηρεσίες του σε περίπτωση που το ΥΑ χρειάζεται καθοδήγηση σχετικά με τον αυνανισμό/ τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων).</p>
<p>Ο αυνανισμός και η χρήση ερωτικών βοηθημάτων είναι ένα θέμα που μπορεί να προκαλέσει ηθικούς προβληματισμούς σε ορισμένους Υποστηρικτές. Άλλοι μπορεί να αισθάνονται άβολα όταν συζητούν ένα τέτοιο θέμα.</p>	<p>Πώς αισθάνονται οι συμμετέχοντες στην ΥΛΑ για το άνοιγμα του θέματος του αυνανισμού και της χρήσης ερωτικών βοηθημάτων</p>	<p>Αναστοχαστείτε τις δικές σας αξίες σχετικά με τον αυνανισμό, τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων και την αναπηρία (υπάρχει κάτι μέσα σας που σας λέει ότι τα άτομα με αναπηρία δεν πρέπει/δεν μπορούν να αυνανίζονται/ να χρησιμοποιούν ερωτικά βοηθήματα; Υπάρχει κάποια αξία μέσα σας που θεωρεί ότι ο αυνανισμός/η χρήση ερωτικών βοηθημάτων είναι ακατάλληλη;). Ένα άλλο πεδίο αναστοχασμού είναι το πόσο άνετα νιώθετε να συζητάτε ένα τέτοιο θέμα. Υπάρχουν αισθήματα ντροπής ή αμηχανίας; Αν ναι, το να δώσετε προσοχή σε αυτές σκέψεις και τα συναισθήματά είναι το καλύτερο που μπορείτε να κάνετε.</p>

<p>Από την άλλη πλευρά, το ΥΑ μπορεί επίσης να είναι απρόθυμο να συζητήσει ένα τέτοιο θέμα, καθώς μερικές φορές θεωρείται «ντροπή» ή λάθος.</p>		<p>Δώστε προσοχή στο πώς νιώθει το ΥΑ για το άνοιγμα αυτού του θέματος. Νιώθει άβολα ή ντρέπεται; Αν ναι, η διαδικασία ΥΑ θα μπορούσε να επιβραδυνθεί ώστε να αφιερωθεί λίγος χρόνος για τη φυσιολογικοποίηση του αυνανισμού ή/και της χρήσης ερωτικών βοηθημάτων, ως κάτι απόλυτα φυσικό και διασκεδαστικό!</p> <p>Και στις δύο περιπτώσεις, μη διστάσετε να αναζητήσετε υποστήριξη από τον Διαμεσολαβητή.</p>
---	--	---

► **Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις**

 ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΥΑ	 ΘΕΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΑ
<ul style="list-style-type: none"> » Ο αυνανισμός θεωρείται συχνά ως μια αποκλίνουσα σεξουαλική συμπεριφορά όταν εμφανίζεται στη ζωή των ατόμων με αναπηρία. Ο Υποστηρικτής θα πρέπει να βοηθά το Υποστηριζόμενο Άτομο να φυσιολογικοποιήσει τον αυνανισμό και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων και στη συνέχεια να λάβει Υποστηριζόμενες Αποφάσεις σχετικά με το εάν/πώς επιθυμεί να συμμετέχει σε τέτοιες δραστηριότητες. » Στην περίπτωση του αυνανισμού και της χρήσης ερωτικών βοηθημάτων, κάποια πράγματα είναι αποφάσεις του ΥΑ, όμως κάποια άλλα όχι – εμπίπτουν στην κατηγορία των κοινωνικών κανόνων. Ο Υποστηρικτής θα πρέπει να βοηθήσει το ΥΑ να διακρίνει ποιες μπορεί να είναι οι προσωπικές του επιλογές, αλλά και να διδάξει τους κανόνες γύρω από αυτό το θέμα. » Η ασφάλεια έρχεται πάντα πρώτη, και αυτό ισχύει και για τον αυνανισμό και τη χρήση ερωτικών βοηθημάτων. Το ΥΑ θα πρέπει να ενημερωθεί για το πώς να παραμείνει ασφαλές και προστατευμένο. » Σε περίπτωση που απαιτείται βοήθεια από έναν σεξουαλικό βοηθό (π.χ. καθοδήγηση με τεχνική αυνανισμού, σωματική βοήθεια), ο Υποστηρικτής θα πρέπει να βοηθήσει το ΥΑ να κατανοήσει τη φύση αυτής της σχέσης. 	<ul style="list-style-type: none"> » Ο αυνανισμός και η χρήση ερωτικών βοηθημάτων είναι μια υγιής έκφραση της σεξουαλικότητας και μια φυσιολογική δραστηριότητα των ανθρώπων. Τα άτομα με αναπηρία έχουν το δικαίωμα να αντλούν σεξουαλική ευχαρίστηση με τον ίδιο τρόπο, εάν το επιθυμούν. Υπάρχουν πολλοί τρόποι και βοηθήματα για να επιτευχθεί αυτό. » Στο θέμα του αυνανισμού, υπάρχουν κάποια πράγματα που είναι προσωπικές μας αποφάσεις, αλλά και κάποιοι κανόνες που πρέπει να ακολουθούμε. Οι κανόνες αυτοί περιλαμβάνουν ότι ο αυνανισμός γίνεται ιδιωτικά με κλειστή την πόρτα, όταν είμαστε μόνοι. Οι αποφάσεις που μπορεί να πάρει κάποιος περιλαμβάνουν: την προτιμώμενη τεχνική/τρόπο αυνανισμού, το προτιμώμενο υλικό (π.χ. περιοδικά, βίντεο) που κάποιος χρησιμοποιεί, τη χρήση ή μη ερωτικών βοηθημάτων καθώς και το είδος των ερωτικών βοηθημάτων που προτιμά. » Ο Υποστηρικτής θα πρέπει να ενημερώσει το ΥΑ σχετικά με τους κανόνες ασφαλείας του αυνανισμού και της χρήσης ερωτικών βοηθημάτων, για παράδειγμα: δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται αντικείμενα με αιχμηρές άκρες/ αντικείμενα που μπορεί να θρυμματιστούν ή να σπάσουν κατά τον αυνανισμό

- δεν πρέπει να χρησιμοποιείται κανένα αντικείμενο που δεν ανήκει στο άτομο/ μοιράζεται με κάποιον άλλον - είναι πολύ σημαντική η υγιεινή τόσο του σώματος όσο και των αντικειμένων που ίσως χρησιμοποιούνται κ.λπ

» Ο Υποστηρικτής θα πρέπει να ενημερώσει το ΥΑ ότι ο σεξουαλικός βοηθός είναι ένας επαγγελματίας που προσφέρει υπηρεσίες, και πως αυτή η επαγγελματική σχέση διαφέρει από μια ερωτική σεξουαλική σχέση

► Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές

Θέμα	<u>Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές</u>	<u>Η προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, ίσως να μην ξέρετε πώς να προσεγγίσετε το θέμα του αυνανισμού με το ΥΑ – μπορεί να μην ξέρετε τι να πείτε, πώς να το πείτε ή πού βρίσκεται το όριο σας. Μπορεί επίσης να έχετε ανησυχίες σχετικά με τους κοινωνικούς κανόνες γύρω από τον αυνανισμό, ειδικά εάν παρεμβαίνουν στην οικογενειακή σας ζωή ή στην κοινωνική ζωή του ΥΑ.</p>	<p>Ποιος θα εξηγήσει/δείξει στο παιδί μου πώς να αυνανίζεται;</p>	<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, υπάρχουν πράγματα που εμπίπτουν στις ευθύνες σας, αλλά και πράγματα που είναι πέρα από τον ρόλο και τα όριά σας:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Είστε αρμόδιοι για την παροχή πληροφοριών σχετικά με τον αυνανισμό στο ΥΑ με σαφή, ολοκληρωμένο τρόπο (μπορείτε να χρησιμοποιήσετε οπτικά βοηθήματα, βίντεο που δημιουργήθηκαν για ΑμεΑ κ.λπ.). Εάν αισθάνεστε άβολα ή αβέβαιοι για το πώς να το κάνετε, μη διστάσετε να ζητήσετε βοήθεια (π.χ. ζητήστε συμβουλή από ψυχολόγο/κοινωνικό λειτουργό εκπαιδευμένο στη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση). ▪ Λάβετε υπόψη ότι κάθε είδους άγγιγμα με σεξουαλική πρόθεση ή οποιοδήποτε είδος αγγίγματος που οδηγεί σε διέγερση πρέπει να αποφεύγεται, τόσο για ηθικούς όσο και για νομικούς λόγους, και είναι πέρα από τον ρόλο σας ως οικογενειακού φροντιστή. Σε περίπτωση που το ΥΑ χρειάζεται σωματική βοήθεια, σκεφτείτε τη δυνατότητα να απευθυνθείτε σε έναν εργαζόμενο στο σεξ (πόρνη ή σεξουαλικό βοηθό).

	<p>Θα μπορέσω να κάνω το παιδί μου να κατανοήσει τους κοινωνικούς κανόνες σχετικά με τον αυνανισμό;</p>	<p>Ο αυνανισμός έχει ένα σύνολο προσωπικών επιλογών (π.χ. το υλικό με το οποίο κάποιος προτιμά να αυνανίζεται), αλλά έχει και κανόνες που πρέπει να τηρούνται. Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορείτε:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να θέσετε ένα σαφές σύνολο κανόνων σχετικά με τον αυνανισμό (π.χ. ιδιωτικά/ στην κρεβατοκάμαρά μου/ με κλειστή την πόρτα) και να μιλήσετε για τις συγκεκριμένες κοινωνικές συνέπειες της μη τήρησης αυτών των κανόνων. Ενημερώστε το YA για το τι δεν επιτρέπεται και τι επιτρέπεται, υπενθυμίστε τους κανόνες με σαφή, συγκεκριμένο τρόπο και υποδείξτε την επιθυμητή συμπεριφορά (για παράδειγμα, οδηγήστε το YA στην κρεβατοκάμαρά του εξηγώντας ότι αυτό είναι το κατάλληλο μέρος για αυνανισμό και κλείστε την πόρτα). • Ενσωματώστε αυτούς τους κανόνες στην καθημερινή σας οικογενειακή ρουτίνα (για παράδειγμα, προτρέψτε το YA να κλείσει την πόρτα όταν κάνει ντους, για να προωθήσετε την ιδέα της «ιδιωτικότητας»).
<p>Πολλοί οικογενειακοί φροντιστές συμφωνούν με το γεγονός ότι οι περισσότεροι νέοι άνθρωποι με Νοητική Αναπηρία, αφού μάθουν πώς και πού μπορούν να αυνανιστούν, δείχνουν πιο χαλαροί και λιγότερο νευρικοί. Παρόλα αυτά κάποιοι ΑμεΑ παραμένουν απομονωμένοι μέσα στα δωμάτιά τους για αρκετές ώρες καθημερινώς, προκειμένου να εξασκηθούν επανειλημμένα στον αυτοερεθισμό.</p> <p>Η χρήση ερωτικών βοηθημάτων είναι μια προσωπική επιλογή για κάθε ενήλικα. Το δύσκολο κομμάτι αυτής της επιλογής, είναι να χρησιμοποιούνται με ασφάλεια.</p>	<p>Τι μπορεί να γίνει αν ο αυνανισμός του/της γίνει εμμονή και επαναλαμβάνει αρκετές φορές μέσα στην ημέρα;</p>	<p>Παρότι δεν έχει συνδεθεί κανένας άμεσος κίνδυνος υγείας με τον αυνανισμό, για άτομα που έχουν διαγνωστεί με καρδιολογικά ή/ και νευρολογικά θέματα υγείας, οι επαναλαμβανόμενοι οργασμοί μέσα στην ίδια ημέρα, μπορεί να οδηγήσουν σε σωματική εξάντληση.</p> <p>Επιπροσθέτως, κάθε είδους εμμονή στερεί το άτομο από το να κοινωνικοποιηθεί, να συναντήσει καινούργια άτομα και να μάθει νέα πράγματα. Αν το YA επιθυμεί να αναζητήσει κάποιον σύντροφο, δεν μπορεί να τον βρει εύκολα αν είναι όλη κλεισμένος/η στο δωμάτιο.</p> <p>Ειδικά σχεδιασμένα και συμφωνημένα «συμβόλαια χρόνου» σχετικά με τον αυνανισμό θα μπορούσαν να λειτουργήσουν για το YA, προκειμένου να μειώσει τον χρόνο που αναλώνει για να αυτοερεθίζεται.</p> <p>Η πρόταση προς το άτομο να απασχοληθεί με άλλες δραστηριότητες οι οποίες θα μπορούσαν να τον κινητοποιήσουν, ίσως θα μπορούσαν να αποσπάσουν το μυαλό του από το θέμα του αυνανισμού.</p>

<p>Η σχολαστική απολύμανση και η προσεκτική χρήση η οποία δεν καταλήγει σε σωματική βλάβη, είναι δυο βασικές προϋποθέσεις.</p>		
<p>Η χρήση ερωτικών βοηθημάτων είναι μια προσωπική επιλογή για κάθε ενήλικα. Το δύσκολο κομμάτι αυτής της επιλογής, είναι να χρησιμοποιούνται με ασφάλεια. Η σχολαστική απολύμανση και η προσεκτική χρήση η οποία δεν καταλήγει σε σωματική βλάβη, είναι δυο βασικές προϋποθέσεις.</p>	<p>Δεν αισθάνομαι άνετα με την ιδέα ότι ο γιος μου/ η κόρη μου μπορεί να επιλέξει να χρησιμοποιήσει ερωτικά βοηθήματα.</p> <p>Δεν έχω ιδέα πού να βρω ερωτικά βοηθήματα και πώς μπορεί να τα χρησιμοποιήσει ο γιος μου/ η κόρη μου.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Συζητώντας με το ΥΑ σχετικά με τον λόγο που χρειάζεται να χρησιμοποιήσει ερωτικά βοηθήματα και τον τρόπο που σκέφτεται να τα χρησιμοποιήσει, μπορεί να σας βοηθήσει να μειώσετε τις ανησυχίες σας. Σίγουρα βέβαια μια συζήτηση τέτοιου είδους, δεν είναι άνετη για δυο μέλη της οικογένειας. ▪ Καθώς αυτή είναι μια προσωπική απόφαση, μια ιδέα θα ήταν το ΥΑ να συζητούσε αυτά τα θέματα με τον υποστηρικτή του, έναν εξειδικευμένο θεραπευτή ή έναν επαγγελματία του σεξ.

ΥΛΑ και Ακατάλληλες Σεξουαλικές Συμπεριφορές

► Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τις ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές:

Ως συμπεριφορά ορίζεται η εκδήλωση ενός συνόλου συναισθημάτων, σκέψεων, στάσεων και αξιών, τα οποία καταλήγουν να εκφράζονται με κάποια μορφή συμπεριφορών. Οι σοβαρές παρεκκλίσεις από τις αναμενόμενες συμπεριφορές, ονομάζονται «Διαταραχές Συμπεριφοράς», οι οποίες συχνά διαγιγνώσκονται κατά την παιδική ηλικία και χαρακτηρίζονται από αντικοινωνικές εκδηλώσεις, οι οποίες παραβιάζουν τα δικαιώματα των άλλων ατόμων, και δεν δύνανται να συμμορφωθούν με τις κοινωνικά καθορισμένες νόρμες και τους κανόνες.

Ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές ή προβλήματα συμπεριφοράς σχετιζόμενα με την σεξουαλικότητα, ονομάζεται η κατηγορία των διαταραχών συμπεριφοράς οι οποίες επηρεάζουν την συμπεριφορά ενός ατόμου στον τομέα της σεξουαλικότητας. Αυτού του είδους οι συμπεριφορές δεν αποτελούν μια ξεχωριστή οντότητα, αλλά είναι το αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης διαφόρων ψυχολογικών αδυναμιών και ποικίλων τύπων περιβαλλοντικού στρες.

Από την οπτική της βιοχημείας, οι ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές μπορεί να προκληθούν από αδυναμίες στην αυτορρύθμιση του αυτόνομου νευρικού συστήματος και/η από προβλήματα στον μεταβολισμό. Περιβαλλοντικοί παράγοντες όπως είναι η κακοποίηση, τα σοβαρά συναισθηματικά ελλείμματα, η κακομεταχείριση και τα ανεπαρκή μοντέλα προς μίμηση μέσα στην οικογένεια, θεωρούνται επίσης παράγοντες υψηλού κινδύνου για αυτού του τύπου τις διαταραχές συμπεριφοράς. Είναι συνεπώς απαραίτητο να αντιμετωπίσουμε αυτό το θέμα με ένα προσωποκεντρικό, κατανοητό και συστηματικό τρόπο.

Η ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά δεν απευθύνεται απαραίτητα προς κάποιο συγκεκριμένο πρόσωπο. Υπό αυτό το πρίσμα, υπονοείται ότι το άτομο δρα με ένα τρόπο ο οποίος δεν θεωρείται αποδεκτός ή κατάλληλος σύμφωνα με τις ισχύουσες νόρμες (πχ ένα ζευγάρι που αγγίζεται ή φιλιέται με έναν τρόπο που θεωρείται ακατάλληλος, ή άτομα τα οποία επιδίδονται σε σεξουαλικές πράξεις σε κοινή θέα ή σε ημιδημόσια σημεία). Η ακατάλληλη συμπεριφορά η οποία απευθύνεται προς ένα συγκεκριμένο πρόσωπο ή συγκεκριμένα άτομα, μπορεί να θεωρηθεί παρενόχληση.

Με τον όρο «σεξουαλική παρενόχληση» χαρακτηρίζουμε την κατάσταση κατά την οποία προκύπτει μια ανεπιθύμητη λεκτική, μη λεκτική ή σωματική συμπεριφορά σεξουαλικής φύσεως, με πρόθεση ή/ και τελικό αποτέλεσμα την προσβολή της αξιοπρέπειας ενός άλλου ατόμου, ιδιαιτέρως όταν δημιουργεί ένα απειλητικό, εχθρικό, υποτιμητικό, εξευτελιστικό ή επιθετικό περιβάλλον.

Ακολουθούν μερικά παραδείγματα:

- Λεκτική παρενόχληση : Τα χυδαία σεξουαλικά σχόλια, τα επιθετικά σεξουαλικά αστεία, το να σου απευθύνεται κάποιος με υποτιμητικό ή χυδαίο τρόπο, το να διαδίδει κάποιος φήμες σχετικά με την σεξουαλική ζωή ενός άλλου ατόμου, το να μιλάει κάποιος ή να ρωτάει περί φαντασιώσεων ή σεξουαλικών προτιμήσεων, τα αγενή σχόλια σχετικά με το σώμα ή το παρουσιαστικό κάποιου άλλου, το να περηφανεύεται κανείς για τις ικανότητές του στο σεξ, το να ασκεί πίεση ώστε να δεσμεύσει κάποιον να βγει μαζί του/ της ραντεβού ή να προχωρήσει σε ερωτική συνέντευξη, επίσης οι απαιτήσεις για σεξουαλικές χάρες.
- Εξωλεκτική παρενόχληση: Προκλητικές ματιές προς το σώμα κάποιου, απροκάλυπτες χειρονομίες, η αποστολή, σκίτσων, σχεδίων, καρτών, ζωγραφιών, φωτογραφιών ή εικόνων σεξουαλικού περιεχομένου από το διαδίκτυο, επιστολές, σημειώματα, ή μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου με σεξουαλικό, επιθετικό περιεχόμενο.
- Σωματική παρενόχληση: υπερβολική σωματική εγγύτητα, το να στριμώχνει κάποιος ένα άλλο άτομο σωματικά ή να επιδιώκει να απομονωθεί μαζί του, στοχευμένη και απρόσκλητη σωματική επαφή (τσιμπήμα, άγγιγμα, ανεπιθύμητο μασάζ, το άγγιγμα γεννητικών περιοχών με σκοπό ή «καταλάθως».

► Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τις ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές για τα ΑμεΑ:

Η ολοκληρωμένη ωρίμανση ενός ανθρώπινου όντος, συμπεριλαμβάνει την αποδοχή του ατόμου ως σεξουαλικής οντότητας και συνεπώς, η σεξουαλικότητα χρειάζεται να θεωρείται σημαντικό κομμάτι της αναπτυξιακής πορείας ενός ατόμου. Αυτή η παραδοχή χρειάζεται να ισχύσει και για τα ΑμεΑ, μια ομάδα για την οποία υπήρξαν και ακόμα υφίστανται προκαταλήψεις και αρνητικές στάσεις στην ευρύτερη κοινωνία, οι οποίες αναχαιτίζουν την εξάσκηση του δικαιώματός τους αυτού και την απόλαυση μιας σεξουαλικής ελευθερίας.

Όταν σχεδιάζουμε να προσφέρουμε σεξουαλική εκπαίδευση σε ΑμεΑ, χρειάζεται να λαμβάνουμε υπόψη μας ότι έχουν ήδη δεχτεί ποικίλες μορφές επιρροής ως προς τον τρόπο που βλέπουν τα πράγματα, το πώς φέρονται και σχετίζονται προς τα άτομα και τις διάφορες καταστάσεις. Όταν αυτή η “εκπαίδευση” μεταφέρεται από τις οικογένειες, τους επαγγελματίες και τους εξειδικευμένους φορείς στην κοινωνία γενικώς, διαφαίνονται διαφορούμενα και μερικές φορές αντικρουόμενα μηνύματα και αξίες.

Κανονικά, η σεξουαλική αγωγή είναι ένας τομέας στη ζωή κάποιου, ο οποίος δεν έχει συζητηθεί, ή έχει απλά αφεθεί στην τύχη του, μέχρι του σημείου να έχει αναγκαστεί κάποιος να αναχαιτίσει τις επιθυμίες του ή να μην τις λαμβάνει υπόψη του. Αυτό το συνονθύλευμα περιστασιακών γνώσεων διαστρεβλώνει και μεγαλοποιεί οτιδήποτε δεν έχει επιλυθεί/εξηγηθεί ή απαγορευτεί.

Τα ΑμεΑ δεν έχουν σεξουαλικές ιδιαιτερότητες διαφορετικές από τα άτομα χωρίς αναπηρίες, αλλά παρατηρούμε διαφοροποιημένες παραμέτρους οι οποίες μπορεί να επηρεάζουν τις εκδηλώσεις ερωτισμού τους και οι οποίες είναι σημαντικές όταν έχουμε να αντιμετωπίσουμε κοινωνικά ακατάλληλες συμπεριφορές.

- › Ελλείψεις στις δεξιότητες κοινωνικοποιημένης σεξουαλικότητας
- › Μειωμένη ικανότητα ανάπτυξης εγγύτητας

Εάν θα θέλαμε να εμβαθύνουμε σε αυτούς τους δυο παράγοντες, μπορούμε να ανατρέξουμε στον οδηγό: Νοητικές αναπηρίες και σεξουαλικότητα : Κοινωνικά ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές Ricardo de Dios del Valle, Mercedes García y Oscar Suárez(2006) Gobierno del principado de Asturias.

► Τί λέει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτό;

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Δεν υπάρχει νομικό πλαίσιο σε ευρωπαϊκό επίπεδο σε σχέση με την ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά. Ωστόσο, υπάρχουν οδηγίες σχετικά με τη βία και την εκμετάλλευση, ιδίως όσον αφορά τις γυναίκες, στον τομέα της σεξουαλικότητας: π.χ. σεξουαλική παρενόχληση και σεξουαλική εκμετάλλευση. Βλ. για παράδειγμα την Οδηγία (2006/54/EC) <<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=celex%3A32006L0054>> σχετικά με τις ίσες ευκαιρίες και την ίση μεταχείριση γυναικών και ανδρών στην απασχόληση και την εργασία, που προωθεί την απαγόρευση των άμεσων και έμμεσων διακρίσεων λόγω φύλου, της παρενόχλησης και των φυλετικών διακρίσεων στο κομμάτι των αμοιβών.

Η νομοθεσία της ΕΕ διακρίνει μεταξύ της παρενόχλησης λόγω φύλου και της σεξουαλικής παρενόχλησης. Ενώ το πρώτο αφορά ανεπιθύμητη συμπεριφορά που απευθύνεται σε κάποιον με βάση το φύλο του, το δεύτερο περιλαμβάνει ανεπιθύμητη συμπεριφορά σεξουαλικής φύσης.

Η σεξουαλική παρενόχληση είναι παράνομη σύμφωνα με πολλές οδηγίες της ΕΕ και απαγορεύεται βάσει της σύμβασης του Συμβουλίου της Ευρώπης για την Πρόληψη και την Καταπολέμηση της Βίας κατά των Γυναικών και της Ενδοοικογενειακής Βίας - Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης <<https://www.coe.int/en/web/istanbul-convention/text-of-the-convention>>.

Η Σύμβαση ορίζει τις πράξεις βίας λόγω φύλου ως παράγοντες «σωματικής, σεξουαλικής, ψυχολογικής ή οικονομικής βλάβης ή ταλαιπωρίας των γυναικών, συμπεριλαμβανομένων απειλών τέτοιων πράξεων, εξαναγκασμού ή αυθαίρετης στέρησης της ελευθερίας, είτε συμβαίνουν στη δημόσια είτε στην ιδιωτική ζωή».

Η σεξουαλική εκμετάλλευση γυναικών αναγνωρίζεται ως ευρωπαϊκό έγκλημα <<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A12008E083>> για το οποίο το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο έχουν ορίσει κυρώσεις, σύμφωνα με το άρθρο 83 (1)ΤΦΕΥ. Η Στρατηγική Ισότητας των Φύλων <<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A52020DC0152>> (2020-2025) ενισχύει αυτό το τελευταίο σημείο αναφέροντας ότι η Ευρωπαϊκή Επιτροπή θα προτείνει πρόσθετα μέτρα για την πρόληψη και την αντιμετώπιση συγκεκριμένων μορφών βίας λόγω φύλου, συμπεριλαμβανομένης της σεξουαλικής παρενόχλησης, της κακοποίησης γυναικών και του ακρωτηριασμού των γυναικείων γεννητικών οργάνων.

Η στρατηγική προσδιορίζει περαιτέρω βασικά βήματα:

- Τα κράτη μέλη ενθαρρύνονται να επικυρώσουν τη Σύμβαση της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας (ΔΟΕ) για την καταπολέμηση της βίας και της παρενόχλησης στην εργασία.
- Για την αντιμετώπιση της σεξουαλικής εκμετάλλευσης, η Επιτροπή θα παρουσιάσει μια νέα στρατηγική της ΕΕ για την εξάλειψη της εμπορίας ανθρώπων.

Ο Χάρτης των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της Ευρωπαϊκής Ένωσης <<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:12012P/TXT>> (2000/C 364/01) δηλώνει ότι η ανθρώπινη αξιοπρέπεια είναι απαραβίαστη. Πρέπει να γίνεται σεβαστή και να προστατεύεται (Άρθρο 1).

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Διάφορα άρθρα της ελληνικής νομοθεσίας αναφέρονται στην ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά. Ο νόμος 3896/2010 υπερασπίζεται τα ίσα δικαιώματα μεταξύ αντρών και γυναικών στα επαγγελματικά περιβάλλοντα. Ο νόμος 4619/2019 εξηγεί τι σημαίνει νομικά η «προσβολή της γενετήσιας αξιοπρέπειας» (για παράδειγμα όταν κάποιος επιδεικνύει δημοσίως τα γεννητικά του όργανα) και επίσης προστατεύει όλους τους πολίτες από την σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση μέσα στους επαγγελματικούς τους χώρους.

Ο νόμος 4351/2018 αφορά κάθε μορφή βίας εναντίον των γυναικών και γενικότερα την ενδοοικογενειακή βία. Μια πολύ σημαντική νομοθεσία είναι η 4267/2014, η οποία έχει αναπτυχθεί με σκοπό την υπεράσπιση των παιδιών/ ανηλίκων/ ΑμεΑ ενάντια στην βία, την σεξουαλική βία, την κακοποίηση, την εκμετάλλευσή και το πορνογραφικό υλικό. Διευκρινίζονται οι νομικοί όροι σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση, όπως και οι νομικές ποινές για κάθε ένα από τα προαναφερθέντα αδικήματα.

► Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα



Βασικά σημεία σχετικά με τη διαδικασία της ΥΛΑ, τα οποία ίσως να προβληματίσουν τους υποστηρικτές καθώς προετοιμάζουν το πλαίσιο υποστήριξης αναφορικά με τις ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Ποια χρειάζεται να είναι ή γενική στάση των Υποστηρικτικών προς τις ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές</p> <p>Ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά θεωρείται αυτή η οποία δεν συνάδει με τις αποδεκτές κοινωνικές νόρμες. Για παράδειγμα ο αυνανισμός σε δημόσιο χώρο, το άγγιγμα, η επιδειξιμανία.</p>	<p>Πώς μας κάνει να αισθανόμαστε η ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά που συμβαίνει παρουσία μας;</p>	<p>Καλό είναι οι υποστηρικτικές να γνωρίζουν ότι κάποιες από αυτές τις συμπεριφορές μπορεί να έρθουν σε ευθεία αντίθεση με τις προσωπικές τους αξίες. Οι υποστηρικτικές πρέπει να αφήσουν κατά μέρος τις προσωπικές τους αντιλήψεις και να είναι ανοιχτοί στο να αναζητήσουν τις ρίζες και τα κίνητρα για τέτοιου είδους ανεπιθύμητες συμπεριφορές</p>

<p>Η γενική προσέγγιση των Υποστηρικτών για την αντιμετώπιση των ακατάλληλων σεξουαλικών συμπεριφορών προς τρίτους. Με ποιο τρόπο θα αντιμετωπίσουν οι υποστηρικτές τις περιπτώσεις όπου το ΑμεΑ παρουσιάζει ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά προς άλλους και/η εκφράζονται παράπονα σε σχέση με την συμπεριφορά του;</p>	<p>Είναι απαραίτητο να υιοθετήσει ο υποστηρικτής μια τιμωρητική στάση σε αυτές τις περιπτώσεις;</p>	<p>Η εμφάνιση ακατάλληλης σεξουαλικής συμπεριφοράς, δεν πρέπει να τιμωρείται, αλλά να αντιμετωπιστεί ως εκπαιδευτική ευκαιρία για το ΥΑ, σε διάφορα επίπεδα με χρήση μεθοδολογίας και υλικών που συνάδουν με τις δεξιότητες του ΥΑ.</p> <p>Από την μια πλευρά, ο Υποστηρικτής χρειάζεται να κατανοήσει την προέλευση της συμπεριφοράς που προκαλεί αναστάτωση από πλευράς του ΥΑ, και έτσι να προσπαθήσει να ανακαλύψει τι την πυροδότησε. Π.Χ΄Ηταν μια στρατηγική που στόχευε στην χαλάρωση; Μια επίπτωση της έλλειψης συντρόφου; Προέκυψε επειδή δεν υπάρχει διαθέσιμος κάποιος ιδιωτικός χώρος;. Πρόκειται μήπως για απλή βαρεμάρα;</p> <p>Από την άλλη πλευρά, ο Υποστηρικτής θα ήταν καλό να προτείνει εκπαιδευτικές παρεμβάσεις οι οποίες θα στοχεύουν να ενημερώσουν το ΥΑ για τις επιπτώσεις που έχουν τέτοιου είδους ακατάλληλες συμπεριφορές για τους ίδιους και για τους γύρω τους.</p> <p>Τέλος, ο Υποστηρικτής και το ΥΑ άτομο, πρέπει να συζητήσουν την πιθανότητα επιλογής εναλλακτικών και κοινωνικώς αποδεκτών συμπεριφορών. Κατά την διάρκεια αυτής της διεργασίας, είναι σημαντικό να τονιστούν έννοιες, όπως ο σεβασμός προς τους άλλους, η ιδιωτικότητα η προτίμηση στην χρήση ιδιωτικών χώρων σε σχέση με τους δημόσιους.</p>
<p>Γενική προσέγγιση των Υποστηρικτικών εφόσον γίνουν ο στόχος ακατάλληλης σεξουαλικής συμπεριφοράς Πρέπει να ληφθούν και να καταγραφούν προληπτικά μέτρα ώστε να αναχαιτισθεί η άμεση έκφραση ακατάλληλης σεξουαλικής συμπεριφοράς.</p>	<p>Πώς μπορούν να αντιδράσουν οι Υποστηρικτικές αν το ΥΑ απευθύνει σε εκείνους ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά;</p>	<p>Υπάρχουν διάφορες γενικές συστάσεις στο πώς ο Υποστηρικτής μπορεί μέσα στην καθημερινότητα να δουλέψει αυτό το θέμα ώστε να αποφευχθούν, όσο είναι εφικτό, τέτοιου είδους καταστάσεις:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Να τεθούν εξαρχής σαφή όρια μεταξύ του Υποστηρικτή και του ΥΑ ως προς το τι μπορεί και δεν μπορεί να γίνεται. 2. Αποφεύγετε καταστάσεις ή σχέσεις οι οποίες ενδέχεται να προκαλέσουν σύγχυση στο ΥΑ. 3. Να παρέχετε παρόμοιου είδους αλληλεπίδραση και φροντίδα προς όλα τα άτομα, χωρίς διαφοροποιήσεις, οι οποίες θα μπορούσαν να εκληφθούν ως ευνοϊκή μεταχείριση από το ΥΑ.

		<p>4. Οι προφορικές οδηγίες από πλευράς του Υποστηρικτή, χρειάζεται να καταστήσουν σαφές ότι ο Υποστηρικτής δεν ανέχεται τέτοιου είδους συμπεριφορές.</p> <p>Προσεγγίστε την κατάσταση χρησιμοποιώντας εκπαιδευτική μεθοδολογία (δείτε το προηγούμενο κεφάλαιο).</p>
<p>Ποια χρειάζεται να είναι η γενική στάση των υποστηρικτών απέναντι σε ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές;</p> <p>Ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά θεωρείται αυτή που αντιτίθεται στις κοινά αποδεκτές κοινωνικές νόρμες. Για παράδειγμα ο αυνανισμός σε δημόσιο χώρο, το άγγιγμα των γεννητικών οργάνων, η επιδειξιμανία.</p>	<p>Πώς μας κάνει να αισθανόμαστε η ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά;</p>	<p>Οι υποστηρικτές χρειάζεται να είναι ενήμεροι ότι μερικές από αυτές τις συμπεριφορές αντιτίθενται στις προσωπικές τους αξίες. Καλό θα είναι οι υποστηρικτές να αφήσουν τις προσωπικές τους αντιλήψεις κατά μέρος και να είναι ανοιχτοί στο να κατανοήσουν τις ρίζες και τα κίνητρα αυτών των ανεπιθύμητων συμπεριφορών.</p>

► **Υποστηρίζοντας το YA ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις**

 <p>ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ YA</p>	 <p>ΘΕΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ YA</p>
<ul style="list-style-type: none"> » Τι σημαίνει ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά; » Είναι σημαντικό να εξηγηθεί ότι μερικές σεξουαλικές συμπεριφορές είναι λανθασμένες μόνο αν γίνονται δημοσίως. Πχ ο αυνανισμός δεν είναι ανάρμοστος αλλά αν γίνεται δημοσίως είναι. » Γιατί μερικοί άνθρωποι επιδεικνύουν ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές; » Ποια είναι τα ρίσκα που λαμβάνει ένα άτομο με τέτοιου είδους συμπεριφορές για τον εαυτό του και τους γύρω του σε νομικό, συναισθηματικό και σχεσιακό επίπεδο; » Κατανοώντας την ανάγκη για ιδιωτικότητα. 	<ul style="list-style-type: none"> » Μπορεί το YA να συνειδητοποιήσει ότι εκείνος/εκείνη επιδεικνύει ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά; » Είναι σε θέση το YA να εξηγήσει τους λόγους που επιδεικνύει μια τέτοια συμπεριφορά; » Τι είδους σεξουαλική αγωγή έχει λάβει προσφάτως το YA; » Γνωρίζει το YA την ανάγκη ιδιωτικότητας για τόσο προσωπικές στιγμές; » Προσφέρονται κάποιοι χώροι οι οποίοι διασφαλίζουν αυτή την ιδιωτικότητα; Γνωρίζει το YA πώς να τους χρησιμοποιήσει; » Έχει το YA την δυνατότητα να διασφαλίσει ένα δικό του προσωπικό χώρο;

- » Πώς επηρεάζει η ακατάλληλη συμπεριφορά τους τα άτομα γύρω τους; Τους συναδέλφους, την οικογένεια, τους επαγγελματίες;
- » Παροχή οδηγιών σχετικά με το πότε μια φυσιολογική συμπεριφορά εξελίσσεται σε ακατάλληλη.

► Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές</u>	<u>Η προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Πολλά YA δεν συνειδητοποιούν, δεν γνωρίζουν ή δεν δίνουν σημασία στους κοινωνικούς κανόνες ή/και στην εξειδικευμένη νομοθεσία της χώρας σχετικά με τις αποδεκτές και κατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές. Αυτή η πραγματικότητα μπορεί να φέρει σε δύσκολη θέση τους οικογενειακούς φροντιστές τους και να τους κάνει να διστάζουν να κυκλοφορήσουν δημοσίως μαζί με το YA, ούτως ώστε να μην εκθέσουν τους εαυτούς τους και να μην προκαλέσουν κακό σε άλλους ανθρώπους</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Θα ήθελα να βγω μια βόλτα με τον γιο/ την κόρη μου αλλά φοβάμαι ότι θα αρχίσει να φλερτάρει με αγνώστους, αισθάνομαι ότι με φέρνει σε πολύ δύσκολη θέση, τι θα μπορούσα να κάνω; • Ο γιος μου/ η κόρη μου έχει την τάση να αγγίζει συχνά τα γεννητικά του/ της όργανα όταν είμαστε σε δημόσια μέρη. Οι άνθρωποι γύρω μας τον κοιτάζουν και είμαι σίγουρη ότι σκέφτονται ένα σωρό άσχημα πράγματα για αυτόν/ αυτή και για εμένα. 	<p>Και για τις δυο αυτές περιπτώσεις αλλά και για άλλες παρόμοιες, η απάντηση είναι να παρέχουμε στο ΑμεΑ κατάλληλες πληροφορίες και οδηγίες. Οι νόμοι καθώς και οι κοινωνικά αποδεκτές ή μη συμπεριφορές, μπορούν να εξηγηθούν προφορικά ή με οπτικά βοηθήματα.</p> <p>Για τα ΑμεΑ τα οποία φαίνεται ότι επιθυμούν να πειραματιστούν με την σεξουαλικότητά τους, όσο συντομότερα ξεκινήσει κανείς να τους εξηγεί περί των δικαιωμάτων τους και των αποδεκτών κοινωνικών συμπεριφορών, τόσο πιο σύντομα όλα θα εξελιχθούν με φυσικό και απρόσκοπτο τρόπο, όπως συμβαίνει με κάθε έφηβο και νεαρό ενήλικα</p>
<p>Μερικές φορές τα ΑμεΑ μπερδεύονται ή δεν έχουν πολλές ακόμα επιλογές κι έτσι εκφράζουν τις σεξουαλικές και ερωτικές τους ανάγκες προς τους συγγενείς τους ή στενούς οικογενειακούς φίλους, ασχέτως ηλικίας ή διαθεσιμότητας του άλλου ατόμου (για παράδειγμα προσεγγίζουν την στενή φίλη της μητέρας τους, η οποία είναι παντρεμένη με παιδιά)</p>	<p>Τι μπορώ να κάνω αν ο γιος μου/ η κόρη μου αισθάνεται ότι είναι "ερωτευμένος/η" με ένα μέλος της οικογένειας ή έναν στενό οικογενειακό φίλο; Δεν θα ήθελα να πληγωθεί, αλλά αυτή είναι μια δύσκολη συνθήκη για όλους. Πώς θα μπορούσα να χειριστώ την κατάσταση;</p>	<p>Τόσο το ΑμεΑ, όσο και το άτομο το οποίο δέχεται την προσέγγιση, χρειάζονται υποστήριξη σε τέτοιες περιπτώσεις. Το γεγονός ότι κατά τους τελευταίους αιώνες απαγορεύονται οι ερωτικές σχέσεις μεταξύ συγγενών, είναι ένας κανόνας που πρέπει το ΑμεΑ να καταλάβει ώστε να διαφοροποιήσει την οικογενειακή από την ρομαντική αγάπη. Προς το άτομο που προσεγγίζει το Αμεα, θα μπορούσαμε να παρέχουμε κάποιες ιδέες για το πώς να ανταποκριθεί στα συναισθήματα του ΑμεΑ.</p>

		<p>Για να υπάρχουν ελπίδες να αποφευχθούν τέτοιου είδους καταστάσεις, μια ιδέα πρόληψης θα ήταν το οικογενειακό περιβάλλον να είναι ανοιχτό ώστε το άτομο να διερευνήσει την σεξουαλικότητά και την ανάγκη του για ένα ρομαντικό ειδύλλιο με άλλους, πιο αποδεκτούς τρόπους. Υπάρχουν αρκετές επιλογές. Σε άλλα κεφάλαια του παρόντος εγχειριδίου μπορείτε να βρείτε πολλές ιδέες, όπως πχ στο κεφάλαιο “Αγάπη και ερωτικές σχέσεις”</p> <p>Καθώς τα παραπάνω είναι προσωπικά και ευαίσθητα ζητήματα, είναι φυσικό και αναμενόμενο για εσάς να αισθάνεστε ανασφάλεια στο πώς να τα χειριστείτε. Ένας εξειδικευμένος επαγγελματίας μπορεί να σας βοηθήσει και να υποστηρίξει την οικογένεια και το ΑμεΑ.</p>
<p>Σε μερικές περιπτώσεις, οι οικογενειακοί φροντιστές μπορεί να βρεθούν σε δύσκολη θέση, καθώς καλούνται να συνηγορήσουν υπέρ του ΑμεΑ απέναντι σε κάποιο άλλο πρόσωπο το οποίο έχει προσβληθεί από την προσέγγιση του ΑμεΑ.</p>	<p>Τι θα μπορούσα να πω σε ένα άτομο το οποίο αισθάνεται προσβεβλημένο από την συμπεριφορά του γιου/ της κόρης μου, ιδιαιτέρως αν αυτό το άτομο δεν γνωρίζει τι συμβαίνει και παράλληλα εγώ δεν θα ήθελα να στιγματίσω το παιδί μου.</p>	<p>Συνήθως η “διακριτική αλήθεια” είναι η προτεινόμενη απάντηση. Για παράδειγμα προσπαθείς να εξηγήσεις στο άλλο άτομο ότι το ΑμεΑ δεν είχε την πρόθεση να τον/ την προσβάλλει αλλά ότι δεν είναι πάντα σε θέση να αξιολογήσει τις προθέσεις του άλλου ατόμου.</p> <p>Σε κάθε περίπτωση μπορείτε να ζητήσετε την βοήθεια ενός εξειδικευμένου επαγγελματία ώστε να βγείτε από αυτή την δύσκολη θέση.</p>

ΥΛΑ και Σεξουαλικός Προσανατολισμός

► Γενικοί προβληματισμοί σχετικά με τον σεξουαλικό προσανατολισμό:

Η σεξουαλικότητα ή ο σεξουαλικός προσανατολισμός ενός ατόμου καθορίζεται από ποιον αισθάνεται ή δεν αισθάνεται έλξη. Αυτή η έλξη είναι συνήθως σεξουαλική ή ρομαντική.

Ως σεξουαλική έλξη ορίζεται επιθυμία ενός ατόμου να κάνει σεξ ή να δημιουργήσει σεξουαλική σχέση με άλλους ανθρώπους. Συχνά περιγράφει επίσης τη σωματική έλξη, ή την έλλειψή της, προς τους άλλους. Ως ρομαντική έλξη μπορεί να οριστεί η έκφραση αγάπης ενός ατόμου μέσα σε μια σχέση. Αυτή η σχέση δεν χρειάζεται να είναι σεξουαλική και ένα άτομο δεν χρειάζεται να βιώνει ταυτόχρονα ρομαντική και σεξουαλική έλξη για να έχει σεξουαλικότητα.

Οι έννοιες και οι ορισμοί που αναφέρονται στον σεξουαλικό προσανατολισμό και την ταυτότητα φύλου είναι ένα εξελισσόμενο πεδίο. Πολλοί από τους όρους που χρησιμοποιήθηκαν στο παρελθόν για να περιγράψουν τα ΛΟΑΤΚΙ άτομα, συγκεκριμένα στον τομέα της ψυχικής υγείας, θεωρούνται πλέον ξεπερασμένοι ή ακόμη και προσβλητικοί.

Ο σεξουαλικός προσανατολισμός προσδιορίζεται από το φύλο εκείνων για τους οποίους κάποιος έλκεται σεξουαλικά και ρομαντικά (American Psychological Association, 2012, στο Moleiro and Pinto, 2015). Σήμερα, οι όροι «λεσβία» και «γκέι/ομοφυλόφιλος» χρησιμοποιούνται για άτομα που έλκονται από μέλη του ίδιου φύλου, και ο όρος «αμφιφυλόφιλος» περιγράφει άτομα που έλκονται από μέλη και των δύο φύλων. Θα πρέπει να σημειωθεί ότι, αν και αυτές οι κατηγορίες συνεχίζουν να χρησιμοποιούνται ευρέως, ο σεξουαλικός προσανατολισμός δεν εμφανίζεται πάντα σε τόσο ξεκάθαρες κατηγορίες και, αντ' αυτού, εμφανίζεται σε ένα συνεχές (American Psychological Association, 2012, στο Moleiro and Pinto, 2015) και άνθρωποι που γίνονται αντιληπτοί ή περιγράφονται από άλλους ως ΛΟΑ μπορεί να αυτοπροσδιορίζονται με διαφορετικούς τρόπους (D'Augelli, στο Moleiro and Pinto, 2015).

Οι όροι για την ομάδα ανθρώπων που περιλαμβάνει άτομα που είναι λεσβίες, ομοφυλόφιλοι, αμφιφυλόφιλοι, τρανσέξουαλ, queer, intersex και άφυλοι (ΛΟΑΤΚΙ+) είναι τόσο ευρείς όσο αυτή η ίδια η κοινότητα. Όπως έχει αυξηθεί η κατανόηση, η αναγνώριση και η συμπερίληψη διαφορετικών σεξουαλικών ταυτοτήτων από την κοινωνία, έτσι έχει επεκταθεί και το ίδιο το ακρωνύμιο που χρησιμοποιείται για να τις περιγράψει.

► Γενικοί προβληματισμοί σχετικά τον σεξουαλικό προσανατολισμό και τα ΑμεΑ:

Οι ενήλικες με νοητική αναπηρία είναι συχνά θύματα διακρίσεων απλώς και μόνο επειδή έχουν αναπηρία. Τα ΑμεΑ που αυτοπροσδιορίζονται ως ΛΟΑΤΚΙ+ αντιμετωπίζουν παραπάνω εκφοβισμό και παρενόχληση απλώς και μόνο λόγω του ποιον επιλέγουν να αγαπήσουν ή για το πώς εκφράζουν την ταυτότητά τους.

Αυτά τα άτομα χρειάζονται υποστήριξη από τους φροντιστές τους για να διασφαλίσουν ότι θα είναι σε θέση να έχουν ουσιαστική πρόσβαση στην κοινότητα ΛΟΑΤΚΙ+ και να αναπτύξουν

θετικές σεξουαλικές ταυτότητες. Χωρίς ενθάρρυνση και υποστήριξη από μέλη της οικογένειας, φίλους και επαγγελματίες που τους νοιάζονται για αυτά, η ικανότητά τους να εκφράσουν τη σεξουαλικότητά τους θα παρεμποδιστεί.

Τα άτομα με νοητική αναπηρία που αυτοπροσδιορίζονται ως ΛΟΑΤΚΙ+ έχουν το ίδιο δικαίωμα να εκφράσουν τη σεξουαλικότητά τους όπως οποιοδήποτε άλλο άτομο. Αυτό το θεμελιώδες δικαίωμα μπορεί να υπονομευτεί όταν οι φροντιστές δεν είναι σίγουροι για το πώς να συζητήσουν για τη σεξουαλικότητα με τον ενήλικα με νοητική αναπηρία. Η δημιουργία ενός περιβάλλοντος όπου οι ΛΟΑΤΚΙ+ ενήλικες με νοητική αναπηρία νιώθουν ασφαλείς να συζητήσουν ανοιχτά τη σεξουαλικότητά τους είναι πρόκληση για τους περισσότερους παρόχους φροντίδας. Η συζήτηση για θέματα που είναι κεντρικά για άτομα στην ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητα μπορεί να κάνει τους φροντιστές και τα μέλη της οικογένειας να αισθάνονται άβολα επειδή δεν έχουν τη γνώση να συζητήσουν αυτά τα θέματα με ενημερωμένο και κατανοητικό τρόπο.

► Τι προβλέπει το νομοθετικό πλαίσιο για αυτές τις περιπτώσεις;

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Οι νομικές πτυχές της Ευρωπαϊκής Επιτροπής σχετικά με την ισότητα της ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητας βασίζονται στο άρθρο 21 του Χάρτη των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της ΕΕ που απαγορεύει ρητά τις διακρίσεις λόγω σεξουαλικού προσανατολισμού, και στο άρθρο 19 της Συνθήκης για τη Λειτουργία της Ευρωπαϊκής Ένωσης που προβλέπει μέτρα για την καταπολέμηση τέτοιου είδους διακρίσεων.

Από το έτος 2000, οι διακρίσεις λόγω σεξουαλικού προσανατολισμού (- μεταξύ άλλων-) στους τομείς της απασχόλησης και της εργασίας έχουν απαγορευτεί από την οδηγία 2000/78/ΕΚ. Αυτό σημαίνει ότι: προστατεύεστε από το νόμο εάν, για παράδειγμα, πιστεύετε ότι σας φέρονται άδικα λόγω του σεξουαλικού σας προσανατολισμού όταν κάνετε αίτηση για εργασία. Προστατεύεστε από το νόμο εάν, για παράδειγμα, έχετε μια δουλειά όπου οι συνάδελφοί σας σας συμπεριφέρονται άσχημα - για παράδειγμα με το να σας φωνάζουν ή να κάνουν αστεία εις βάρος σας- λόγω του σεξουαλικού σας προσανατολισμού. Προστατεύεστε από το νόμο εάν, για παράδειγμα, το αφεντικό σας αρνηθεί προαγωγή ή εκπαίδευση λόγω του σεξουαλικού σας προσανατολισμού.

Επιπλέον, το 2008 η Ευρωπαϊκή Επιτροπή εξέδωσε πρόταση οδηγίας που θα επεκτείνει την προστασία από τις διακρίσεις λόγω - μεταξύ άλλων - σεξουαλικού προσανατολισμού πέρα από τον χώρο εργασίας, σε ορισμένους βασικούς τομείς της ζωής.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Το ελληνικό νομοθετικό σύστημα ορίζει ότι ο σεξουαλικός προσανατολισμός αποτελεί μέρος της ταυτότητας ενός ατόμου και επομένως προστατεύεται από το άρθρο 5 του ελληνικού Συντάγματος, το οποίο αφορά την ελευθερία κάθε ατόμου να αναπτύξει την ατομική του ταυτότητα και προσωπικότητα. Προστατεύεται επίσης από το άρθρο 2 του ελληνικού Συντάγματος, σχετικά με το σεβασμό της ανθρώπινης αξίας.

Ο εθνικός νόμος 3304/2005 προστατεύει το δικαίωμα κάθε ατόμου στην ίση μεταχείριση, ανεξαρτήτως φύλου ή/και σεξουαλικού προσανατολισμού. Υποστηρίζοντας τον προαναφερθέντα νόμο, ο ελληνικός νόμος 3896/2010 προστατεύει τα τρανς άτομα από διακρίσεις σχετικά με την προσβασιμότητά τους στην εργασία.



Επιπλέον, ο Ελληνικός Ποινικός Κώδικας περιλαμβάνει τον Νόμο 4285/2014, σύμφωνα με τον οποίο κάθε πράξη βίας που ασκείται σε κάποιον λόγω φύλου ή/και σεξουαλικού προσανατολισμού χαρακτηρίζεται ως ρατσιστικό έγκλημα.

► Ερωτήσεις για τους Υποστηρικτές πάνω σε αυτό το θέμα

Βασικά σημεία σχετικά με τη διαδικασία της ΥΛΑ, τα οποία ίσως να προβληματίσουν τους υποστηρικτές καθώς προετοιμάζουν το πλαίσιο υποστήριξης αναφορικά με τον σεξουαλικό προσανατολισμό

<u>Θέμα</u>	<u>Ερωτήσεις για Υποστηρικτές</u>	<u>Η Προσέγγιση SMARTS</u>
Σεξουαλικός Προσανατολισμός	Πώς να υποστηρίξω ένα ΥΑ που χρειάζεται βοήθεια για τον προσδιορισμό του σεξουαλικού του προσανατολισμού;	Ο ρόλος του υποστηρικτή είναι να ενημερώνει, να αποσαφηνίζει και να υποστηρίζει τη λήψη αποφάσεων. Οι δικές σας αξίες, πεποιθήσεις και επιλογές δεν θα πρέπει να παρεμβαίνουν στην υποστήριξη σας. <ul style="list-style-type: none"> • Θα πρέπει να παρέχετε σαφείς, απλές και περιεκτικές πληροφορίες. Εάν το χρειάζεστε, άλλοι επαγγελματίες ή/και φροντιστές μπορούν να σας βοηθήσουν.
Συγκρούσεις και προκαταλήψεις	Πώς να υποστηρίξω ένα Υποστηριζόμενο Άτομο στην αντιμετώπιση συγκρούσεων και προκαταλήψεων που σχετίζονται με τη διαφορετικότητα στον σεξουαλικό προσανατολισμό;	Είναι σημαντικό να παρέχεται ενημέρωση και κοινωνική/συναισθηματική υποστήριξη στο Υποστηριζόμενο Άτομο, σε περίπτωση που προκύψει σύγκρουση που σχετίζεται με τον σεξουαλικό του προσανατολισμό. Ένα σημαντικό μέρος της υποστηριζόμενης λήψης αποφάσεων είναι η ενημέρωση του ατόμου για τους κινδύνους και τις αρνητικές συνέπειες που μπορεί να προκύψουν από τη λήψη μιας απόφασης που αντιβαίνει στην επιθυμία των άλλων.
Υγεία και Ασφάλεια	Πώς να διασφαλίσω την υγεία και την ασφάλεια του Υποστηριζόμενου Ατόμου, σχετικά με τη σεξουαλικότητα σε διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς	Τα ΥΑ με διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς, μπορεί να χρειαστεί να ενημερωθούν για συγκεκριμένες διαδικασίες φροντίδας και υγείας, προκειμένου να προστατεύσουν τον εαυτό τους, καθώς και τους άλλους. Ανάλογα με την εμπειρία και την εκπαίδευση του προσωπικού της υπηρεσίας, μπορεί να αναζητηθεί επαγγελματική υποστήριξη και να γίνει διασύνδεση με ειδικούς για την παροχή εξειδικευμένης βοήθειας.

► Υποστηρίζοντας το ΥΑ ώστε να λάβει ενημερωμένες αποφάσεις

 ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΥΑ	 ΘΕΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΑ
<ul style="list-style-type: none"> » Διαφορετικότητα στον σεξουαλικό προσανατολισμό. » Ελευθερία επιλογής και αυτοδιάθεση όσον αφορά τον σεξουαλικό προσανατολισμό » Μπορεί να υπάρχουν υγιείς σχέσεις, ανεξάρτητα από τον σεξουαλικό προσανατολισμό » Ζευγάρια με διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό μπορούν να δημιουργήσουν οικογένεια » Η ελεύθερη επιλογή του σεξουαλικού προσανατολισμού κάποιου μπορεί να σοκάρει κάποιους ανθρώπους και να είναι ενάντια στις απόψεις τους 	<ul style="list-style-type: none"> » Ερωτήσεις και προβληματισμοί σχετικά με την επιλογή σεξουαλικού προσανατολισμού » Υγεία και ασφάλεια σε ζευγάρια με διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό » Σύγκρουση με την οικογένεια και τους φίλους για τον σεξουαλικό προσανατολισμό » Πιθανή προκατάληψη και στερεότυπα από την κοινωνία.

► Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές

Θέμα	<u>Ερωτήσεις για Οικογενειακούς Φροντιστές</u>	<u>Η προσέγγιση SMARTS</u>
<p>Οι οικογενειακοί φροντιστές μερικές φορές δεν βλέπουν το παιδί τους με αναπηρία ως άτομο που μπορεί να επιλέξει τον σεξουαλικό του προσανατολισμό. Οποιοδήποτε είδος έλξης διαφορετικό από την «παραδοσιακή» σχέση άνδρα-γυναίκας θεωρείται συχνά «προβληματική συμπεριφορά» ή «σύγχυση» που χρειάζεται παρέμβαση.</p>	<p>Μπορεί το παιδί μου να έχει διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό από την παραδοσιακή σχέση άνδρα-γυναίκας; Μήπως είναι απλώς «μπερδεμένο»;</p>	<p>Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορεί να έχετε μια συγκεκριμένη ιδέα και συγκεκριμένες προσδοκίες για τον σεξουαλικό προσανατολισμό του παιδιού σας. Ωστόσο, το πλαίσιο της ΥΛΑ προτείνει ότι το παιδί σας είναι ενήλικας που μπορεί να κάνει ενημερωμένες επιλογές για τον εαυτό του. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός είναι θέμα επιλογής και τα ΑμεΑ έχουν το ίδιο δικαίωμα με όλους να λαμβάνουν αποφάσεις σχετικά με το είδος της σχέσης που επιθυμούν να έχουν και με ποιον. Αν και μπορεί να είναι διαφορετικό από αυτό που περιμένατε από το παιδί σας, το ΑμεΑ μπορεί να έχει διαφορετικές προτιμήσεις, επιθυμίες και ανάγκες, που μερικές φορές μπορεί να διαφέρουν από τις μονογαμικές, ετεροφυλόφιλες σχέσεις. Ως οικογενειακός φροντιστής, ο ρόλος σας είναι να υποστηρίξετε το παιδί σας παρέχοντας όλες τις σχετικές πληροφορίες ώστε να μπορεί να κάνει μια ενημερωμένη επιλογή σχετικά με τον σεξουαλικό του προσανατολισμό.</p>

Ως οικογενειακός φροντιστής, μπορεί να μην ξέρετε πώς να προσεγγίσετε το θέμα των διαφορετικών σεξουαλικών προσανατολισμών – μπορεί να μην ξέρετε τι να πείτε ή πώς να μιλήσετε με σαφή και κατανοητό τρόπο.

Πώς μπορώ να βοηθήσω το παιδί μου παρέχοντας πληροφορίες για διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς για να το βοηθήσω να λάβει μια ενημερωμένη απόφαση; τον σεξουαλικό του προσανατολισμό.

Ένα από τα θεμελιώδη βήματα της διαδικασίας ΥΛΑ είναι να βοηθήσετε το ΥΑ να συγκεντρώσει όλες τις απαραίτητες γνώσεις προκειμένου να λάβει μια ενημερωμένη απόφαση. Για να διευκολυνθεί αυτή η διαδικασία σε σχέση με τον σεξουαλικό προσανατολισμό, μερικά χρήσιμα βήματα θα μπορούσαν να είναι:

- **Να είστε ανοιχτοί:** να είστε ανοιχτοί και διαθέσιμοι στη συζήτηση για τη σεξουαλικότητα. Φυσιολογικοποιήστε την ιδέα των διαφορετικών επιλογών στον σεξουαλικό προσανατολισμό και καταρρίψτε τον μύθο ότι υπάρχει μόνο ένας δρόμος για σεξουαλικές σχέσεις (να είσαι μονογαμικός και ετεροφυλόφιλος).
- **Χρησιμοποιήστε την πραγματικότητα/τα γεγονότα ως σημείο εκκίνησης για συζητήσεις:** διαφορετικοί σεξουαλικοί προσανατολισμοί υπάρχουν παντού γύρω μας - σε τηλεοπτικές εκπομπές, ταινίες, σε ομοφυλόφιλα ζευγάρια που συναντάμε στους δρόμους ή έχουμε στον κοινωνικό μας κύκλο ή σε μεγάλα γεγονότα όπως το Pride. Αφήστε το παιδί σας να παρατηρήσει διαφορετικούς προσανατολισμούς, κανονικοποιήστε ότι αυτό είναι εντάξει και χρησιμοποιήστε το ως σημείο εκκίνησης για να εξερευνήσετε μαζί και να εξηγήσετε τους διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς που υπάρχουν - καθώς και το δικαίωμα επιλογής.
- **Να είστε ρεαλιστές σχετικά με τους πιθανούς κινδύνους/συνέπειες:** συζητήστε με το παιδί σας τις πιθανές συνέπειες και τους πιθανούς κινδύνους των διαφορετικών σεξουαλικών προσανατολισμών, έτσι ώστε να μπορεί να λάβει μία ενημερωμένη απόφαση (π.χ., δεν θα μπορέσει να κάνει παιδιά, εάν επιλέξει ομοφυλοφιλική σχέση. Η σύντροφός του/της θα έχει και άλλους συντρόφους και δεν θα υπάρχει αποκλειστικότητα, αν επιλέξει την πολυσυντροφικότητα κ.λπ.)

<p>Ως οικογενειακοί φροντιστές, είναι κατανοητό ότι μπορεί να έχετε τις δικές σας αξίες γύρω από τους διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς. Θα ήταν χρήσιμο να σκεφτείτε πόσο οι αξίες σας θα μπορούσαν να σας κάνουν να επιβάλλετε τις προσωπικές σας απόψεις.</p>	<p>Τι γίνεται αν οι αξίες μου είναι ενάντια σε διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς, κι αν πιστεύω ότι υπάρχει μόνο μία επιλογή, αυτή της μονογαμικής, ετεροφυλοφιλικής σχέσης;</p>	<p>Είναι φυσικό να έχετε την τάση να συμπεριφέρεστε σύμφωνα με τις αξίες σας. Ωστόσο, το πλαίσιο της ΥΛΑ προτείνει ότι αυτό δεν πρέπει να αποτελεί εμπόδιο εάν το παιδί σας θέλει να ακολουθήσει διαφορετική κατεύθυνση.</p> <p>Αναλογιστείτε τις δικές σας αξίες σχετικά με τους διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς και τα ΑμεΑ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Υπάρχει κάποια αξία μέσα σας που σας λέει ότι τα ΑμεΑ δεν πρέπει/δεν μπορούν να επιλέξουν διαφορετικούς σεξουαλικούς προσανατολισμούς; ▪ Υπάρχει κάποια αξία μέσα σας να λέτε ότι η προτίμηση διαφορετικού σεξουαλικού προσανατολισμού είναι σημάδι προβληματικής συμπεριφοράς/σύγχυσης; <p>Αν ναι, το να διαχειριστείτε τις σκέψεις και τα συναισθήματα σας, καθώς και τον αντίκτυπο που μπορεί να έχουν στην ΥΛΑ, είναι το καλύτερο που μπορείτε να κάνετε.</p> <p>Σε περίπτωση που νιώθετε ότι χρειάζεστε υποστήριξη και καθοδήγηση, μη διστάσετε να αναζητήσετε υποστήριξη από τον Διαμεσολαβητή ή έναν εκπαιδευμένο επαγγελματία.</p>
--	---	--

► Βιβλιογραφία ανά Ενότητα

Ενότητα 1

- » European Commission. (2021). *Strategy for the Rights of Persons with Disabilities 2021-2030*. <https://doi.org/10.2767/31633>
- » European Parliament & Office for Official Publications of the European Communities. (2000). *Charter of Fundamental Rights of the European Union*. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities.
- » Reassessing emotion recognition performance in people with mental retardation: A review. *American Journal on Mental Retardation*, 106, 481–502.
- » McClure, K. S., Halpern, J., Wolper, P. A., & Donahue, J. J. (2009). Emotion Regulation and Intellectual Disability *Journal on Development disabilities*, 38–44. https://www.researchgate.net/publication/263763300_Emotion_Regulation_and_Intellectual_Disability
- » Tilley, E., McKenzie, J., & Kathard, D. (2012). *The silence is roaring: sterilization, reproductive rights and women with intellectual disabilities*. *Disability & Society*, 27 (3), 413- 426.
- » United Nations Department of Economic and Social Affairs. (2019). *Disability and development report*. UN.
- » World Health Organisation. (2006). *Defining sexual health: Report of a technical consultation on sexual health*. https://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf
- » World Health Organisation & United Nations Population Fund. (2009). *Promoting sexual and reproductive health for persons with disabilities, WHO/UNFPA guidance note*. <https://www.who.int/reproductivehealth/publications/general/9789241598682/en/>
- » Charter of Reproductive and Sexual Rights - International Planned Parenthood Federation https://www.ippf.org/sites/default/files/sexualrightsippfdeclaration_1.pdf
- » Garbutt, R., BoycottGarnett, R., Tattersall, J. & Dunn, J. (2010) *Final Report: Talking about sex and relationships: The views of young people*.
- » McCabe, M. P. (1999). Sexual Knowledge, Experience and Feelings Among People with Disability. *Sexuality and Disability*, 17(2), 157–170. <https://doi.org/10.1023/A:1021476418440>
- » World Health Organisation Regional Office for Europe & Federal Centre for Health Education (BZgA). (2010). *Standards for Sexuality Education in Europe*. <https://www.bzga-whocc.de/en/publications/standards-in-sexuality-education>

- » International Commission of Jurists. (2007). *Yogyakarta Principles - Principles on the application of international human rights law in relation to sexual orientation and gender identity*. <https://yogyakartaprinciples.org/>

Ενότητα 3

- » CHANGE UK - CHANGE - Learning Disability Rights Charity - Easy Read (changepeople.org)
- » Learning Disability England - Easy Read Information – Learning Disability England
- » Easy Read Guidelines - comm basic guidelines for people who commission easy read info.pdf (easy-read-online.co.uk)
- » Khanna, P. (2020). Techniques and Strategies to Develop Active Listening Skills: The Armor for Effective Communication across Business Organizations. *The Achiever's Journal*, 6(3). 50-60. <https://www.theachieversjournal.com/index.php/taj/article/view/405/107>
- » Arnold, K (2014). Behind the mirror: Reflective listening and its tain in the work of Carl Rogers. *The Humanistic Psychology*, 42 (4) (2014), pp. 354-369 <https://doi.org/10.1080/08873267.2014.913247>
- » Karnieli-Miller, O. (2020). Reflective practice in the teaching of communication skills. *Patient Education and Counseling*, 103 (10), 2166-2172. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2020.06.021>
- » Cherry K. (2021). *Attitudes and Behavior in Psychology*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/attitudes-how-they-form-change-shape-behavior-2795897>
- » McLeod, S. A. (2018). *Attitudes and behavior*. Retrieved from <https://www.simplypsychology.org/attitudes.html>
- » Ryan, D. & McConkey, R. (2000). Staff attitudes to sexuality and people with intellectual disabilities. *Irish Journal of Psychology*, 21, 88-97
- » Shaniff Esmail, Kim Darry, Ashlea Walter & Heidi Knupp (2010) Attitudes and perceptions towards disability and sexuality. *Disability and Rehabilitation*. 32:14, 1148-1155, DOI: 10.3109/09638280903419277
- » Maia, A.C.B.; Ribeiro, P.R.M. (2010). Desfazendo mitos para minimizar o preconceito sobre a sexualidade de pessoas com deficiências. *Rev. Bras. Ed. Esp.*, Marília, v.16, n.2, p.159-176, Mai. -Ago., 2010 <https://www.scielo.br/pdf/rbee/v16n2/a02v16n2.pdf>
- » Basile, K. C., Breiding, M. J., & Smith, S. G. (2016). Disability and Risk of Recent Sexual Violence in the United States. *American journal of public health*, 106(5), 928–933. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2015.303004>
- » Cherry K. (2020). *Why Mindset Matters for Your Success*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/what-is-a-mindset-2795025>

► Βιβλιογραφία ανά θέμα

Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία.

- » United Nations General Assembly. (2006). *Convention on the Rights of Persons with Disabilities and Optional Protocol*. Available at: <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html>
- » Convention on the Rights of Persons with Disabilities – Articles <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities-2.html>
- » UN – CRPD (Easy Read versions available) - [Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência \(CRPD\) | United Nations Enable](#)

Άλλες Συμβάσεις των Ηνωμένων Εθνών σχετικά με τα Δικαιώματα

- » United Nations. (1988). *Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women*. Treaty Series, 1249, 13.
- » United Nations. (1989). *Convention on the Rights of the Child*. Treaty Series, 1577, 3.
- » United Nations. (2006). *Convention on the Rights of Persons with Disabilities*. Treaty Series, 2515, 3.
- » United Nations. (2000). *The United Nations Millennium Declaration*. UNO.

Ανθρώπινα Δικαιώματα

- » European Commission. (2021). *Strategy for the Rights of Persons with Disabilities 2021-2030*. <https://doi.org/10.2767/31633>
- » European Parliament & Office for Official Publications of the European Communities. (2000). *Charter of Fundamental Rights of the European Union*. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities.
- » International Planned Parenthood Federation. (1997). *IPPF Charter on Sexual and Reproductive Rights Guidelines*. <https://www.ippf.org/resource/IPPF-Charter-Sexual-and-Reproductive-Rights>
- » International Planned Parenthood Federation. (2008). *Sexual Rights: An IPPF declaration*. <https://www.ippf.org/resource/sexual-rights-ippf-declaration>
- » <http://careaboutrights.scottishhumanrights.com/whatisahumanrightsbasedapproach.html>
- » Gooding P. (2013). Supported Decision-Making: a rights-based disability concept and its implications for mental health law. *Psychiatry, psychology and law*, 20:3, p. 431-451. <https://doi.org/10.1080/13218719.2012.711683>
- » Human Rights based Approach to Health

<https://www.hhrjournal.org/2013/09/what-is-a-human-rights-based-approach-to-health-and-does-it-matter/>

- » Ife. Jim (2012) Human Rights and Social Work: Towards Rights-Based Practice. Cambridge University Press.
<https://www.higa.ie/reports-and-publications/guide/guidance-human-rights-based-approach-health-and-social-care-services>
- » Sex and Disability - The Right to Sexuality
<https://www.youtube.com/watch?v=aPFV4EQ0mgw>

Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων

- » Arroyo de Sande, C., Blanco Ros, F., Maria Solé i Chavero, J., Marroyo, L., Leotti, P., Karagouni, S., Hänninen, K., & Churchill, J. (2018). From “Guardians” To “Supporters”: Supported Decision Making in Service Provision For persons With disabilities.
https://www.easped.eu/sites/default/files/sites/default/files/Projects/i_decide_report_-_final_0.pdf

Κατευθυνόμενη Λήψη Αποφάσεων

- » Inclusion International (2014). Independent but not Alone (2014). Global Report on The Right to Decide.
http://inclusion-international.org/wp-content/uploads/2014/06/Independent-But-Not-Alone_-final.pdf
- » Roger J. Stancliffe et al. (2000). Substitute Decision-Making and Personal Control: Implications for Self-Determination. Mental Association on Retardation.

Συνδημιουργία

- » <https://www.researchinpractice.org.uk/adults/news-views/2018/july/fundamental-drivers-of-good-co-production-in-the-commissioning-of-disabled-peoples-services/>
- » Loeffler E., Bovaird T. (2018) From Participation to Co-production: Widening and Deepening the Contributions of Citizens to Public Services and Outcomes. In: Ongaro E., Van Thiel S. (eds) The Palgrave Handbook of Public Administration and Management in Europe. Palgrave Macmillan, London

Επιτροπή για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία

- » Bach, M., Kerzner, L. (2010). *A New Paradigm for Protecting Autonomy and the Right to Legal Capacity Advancing Substantive Equality for Persons with Disabilities through Law, Policy and Practice*. Toronto: Law Commission of Ontario. Available at:
http://supporteddecisionmaking.org/sites/default/files/paradigm_protecting_autonomy.pdf

Επικοινωνία σχετικά με την σεξουαλικότητα

- » Adler, R. & Proctor II, R. (2011). *Looking out looking in*. (13th edition). Boston, MA: Wadsworth.
- » Arnold, K. (2014). Behind the mirror: Reflective listening and its tain in the work of Carl Rogers. *The Humanistic Psychology*, 42 (4) (2014), pp. 354-369
<https://doi.org/10.1080/08873267.2014.913247>
- » Burkhart, L. (S/D). *What is aac*. Accessed in 28, November, 2020, at: ISAAC – What is AAC? (isaac-online.org).
- » Karnieli-Miller, O. (2020). Reflective practice in the teaching of communication skills. *Patient Education and Counseling*, 103 (10), 2166-2172.
<https://doi.org/10.1016/j.pec.2020.06.021>
- » Khanna, P. (2020). Techniques and Strategies to Develop Active Listening Skills: The Armor for Effective Communication across Business Organizations. *The Achiever's Journal*, 6(3). 50-60.
<https://www.theachieversjournal.com/index.php/taj/article/view/405/107>
- » Littlejohn, S, Foss, K. & Oetzel, J. (2017). *Theories of human communication*. (11th ed.). Long Grove, IL: Waveland Press, Inc.
- » Pearson, J., Nelson, P., Titsworth, S. & Hosek, A. (2017). *Human communication*. (6th Edition). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- » West, R. & Turner, L. (2010). *Introducing communication theory. Analysis and application*. (4th edition). New York, NY: McGraw-Hill.
- » Picture of the Transactional Model of Communication adapted by João Canossa Dias from West e Turner (2010) e de Adler e Proctor II (2011).
- » Picture of Reflective listening process adapted by Evriviades Makrides and Pinelopi Vitali (2021), Theotokos Foundation, Digital Design Workshop.

Μύθοι και στάσεις σχετικά με την σεξουαλικότητα

- » Basile, K. C., Breiding, M. J., & Smith, S. G. (2016). Disability and Risk of Recent Sexual violence in the United States. *American journal of public health*, 106(5), 928–933.
<https://doi.org/10.2105/AJPH.2015.303004>
- » Cherry K. (2021). *Attitudes and Behavior in Psychology*. Retrieved from:
<https://www.verywellmind.com/attitudes-how-they-form-change-shape-behavior-2795897>
- » Cherry K. (2020). *Why Mindset Matters for Your Success*. Retrieved from:
<https://www.verywellmind.com/what-is-a-mindset-2795025>
- » Independence Australia (S.D.). Retrieved from:
<https://www.independenceaustralia.com.au/health-articles/health-disabilities-and-sex/>

- » Maguire, K; Gleeson, K; Holmes, N. (2019). Support workers' understanding of their role supporting the sexuality of people with learning disabilities *British Journal of Learning Disabilities* 2019; 47: 59 – 65. <https://doi.org/10.1111/bld.12256>
- » Maia, A.C.B.; Ribeiro, P.R.M. (2010). Desfazendo mitos para minimizar o preconceito sobre a sexualidade de pessoas com deficiências. *Rev. Bras. Ed. Esp.*, Marília, v.16, n.2, p.159-176, Mai.-Ago., 2010 <https://www.scielo.br/pdf/rbee/v16n2/a02v16n2.pdf>
- » McLeod, S. A. (2018). *Attitudes and behavior*. Retrieved from: <https://www.simplypsychology.org/attitudes.html>
- » Ryan, D. & McConkey, R. (2000). Staff attitudes to sexuality and people with intellectual disabilities. *Irish Journal of Psychology*, 21, 88-97
- » Shaniff Esmail, Kim Darry, Ashlea Walter & Heidi Knupp (2010) Attitudes and perceptions towards disability and sexuality. *Disability and Rehabilitation*. 32:14, 1148-1155, DOI: 10.3109/09638280903419277
- » Tamas, D., Jovanovic N. B., Rajic, M., Ignjatovic, V. B. & Prkosovacki, B. P. (2019). Professionals, Parents and the General Public: Attitudes Towards the Sexuality of Persons with Intellectual Disability. *Sexuality and Disability* <https://doi.org/10.1007/s11195-018-09555-2>

Δείγματα εντύπων ΥΛΑ

Παρακάτω μπορείτε να βρείτε έντυπα που έχουν χρησιμοποιηθεί στο παρελθόν για να βοηθήσουν στην εφαρμογή της ΥΛΑ σε υπηρεσίες. Έχουν προσαρμοστεί από προηγούμενες εκδοχές που χρησιμοποιήθηκαν στο πρόγραμμα «I-Decide» ώστε να ταιριάζουν περισσότερο στις ανάγκες του προγράμματος SMARTS. Οι εταίροι του SMARTS και άλλοι οργανισμοί που θα αξιοποιήσουν αυτό το υλικό μετά το τέλος του προγράμματος είναι ελεύθεροι να το τροποποιήσουν όπως τους βολεύει. Το πρόγραμμα I-Decide προσέγγισε την ΥΛΑ σε 3 τομείς - προσωπική υγεία, δικαιώματα καταναλωτή και χρήματα - και τα έντυπα αντικατοπτρίζουν αυτούς τους τρεις τομείς, αλλά φυσικά στα πλαίσια του προγράμματος SMARTS η ΥΛΑ θα καλύψει (αρχικά) οποιονδήποτε τομέα λήψης αποφάσεων και αργότερα (όταν θα υπάρξει αρκετή εξοικείωση) θα επικεντρωθεί στην ΥΛΑ και τα δικαιώματα στη σεξουαλικότητα.

Η χρήση αυτού του υλικού είναι δωρεάν, αλλά όταν χρησιμοποιείται από εκπαιδευτές θα πρέπει να γίνεται αναγνώριση του προγράμματος SMARTS και του προγράμματος Erasmus+ που το χρηματοδότησε. Εάν το υλικό έχει τροποποιηθεί με οποιονδήποτε σημαντικό τρόπο, θα πρέπει να καθίσταται σαφές ότι έχουν γίνει αλλαγές. Παρέχονται ολοκληρωμένα παραδείγματα για τα δύο πρώτα έντυπα, ακολουθούμενα από κενές εκδόσεις που θα αντιγραφούν και θα χρησιμοποιηθούν.

Κατάλογος δειγμάτων εντύπων

- 1) **Φόρμα συμφωνίας SDM** - Αυτό είναι το έντυπο που αναφέρει ποιος είναι το Υποστηριζόμενο Άτομο (ΥΑ), ο Υποστηρικτής και ο Διευκολυντής. Καλύπτει τους τομείς στους οποίους χρειάζεται υποστήριξη το ΥΑ για τις αποφάσεις του, καθώς και το είδος υποστήριξης που μπορεί να χρειαστεί. Ορίζει επίσης μια ημερομηνία έναρξης και μία ημερομηνία λήξης για την εκτέλεση της Συμφωνίας και υπογράφεται και από τους τρεις συμμετέχοντες. Η διάρκεια της Σύμβασης μπορεί να παραταθεί ανάλογα με τις ανάγκες που υπάρχουν. Αντίγραφα αυτού του εγγράφου δίνονται στο ΥΑ, τον Υποστηρικτή και τον Διευκολυντή.
- 2) **Εξατομικευμένο πλάνο ΥΛΑ** – Αυτό είναι ένα έντυπο για να καταγράψετε ποιες δραστηριότητες/ενέργειες θα συμβούν και ποιος θα τις κάνει προκειμένου να σημειωθεί πρόοδος προς τη λήψη μιας υποστηριζόμενης απόφασης από το ΥΑ για το(τα) θέμα(α) που έχει επιλέξει. Ο Υποστηρικτής πρέπει να βεβαιωθεί ότι το ΥΑ κατανοεί και συμφωνεί με όσα έχουν καταγραφεί. Αυτό το έντυπο ενημερώνεται όποτε χρειάζεται, αλλά τουλάχιστον κάθε δύο μήνες μέχρι να ολοκληρωθεί η Συμφωνία.
- 3) **Έντυπο αυτοαξιολόγησης Υποστηριζόμενου Ατόμου** – αυτό το έντυπο προορίζεται για το ΥΑ, ώστε να καταγράψει τις σκέψεις του σχετικά με την υποστήριξη που έλαβε στη λήψη αποφάσεων. Ορισμένα ΥΑ ενδέχεται να χρειάζονται βοήθεια για τη συμπλήρωσή του. Αυτή η βοήθεια θα μπορούσε να δοθεί από τον Υποστηρικτή ή από κάποιον άλλο. Το ΥΑ και ο Υποστηρικτής έχουν από ένα αντίγραφο.
- 4) **Έντυπο αυτοαξιολόγησης υποστηρικτών** – αυτό το έντυπο ζητά από τον Υποστηρικτή να αναστοχαστεί για την αποτελεσματικότητα και την ποιότητα της υποστήριξης που παρείχε σε ένα ΥΑ, για το είδος της απόφασης/των που έλαβε το ΥΑ, καθώς και για το τι λειτούργησε καλά και τι θα μπορούσε να βελτιωθεί. Θέτει επίσης ερωτήματα σχετικά με το ευρύτερο δίκτυο υποστήριξης που έχει το ΥΑ και πώς αυτό βοήθησε (ή δεν βοήθησε) τη διαδικασία της ΥΛΑ.

Συμφωνία Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων

Τι είναι η Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων?

Η Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων (ΥΛΑ) είναι μια διαδικασία που σε βοηθά να πάρεις τις δικές σου αποφάσεις με βάση τις επιθυμίες και επιλογές σου, με την υποστήριξη ενός άλλου ατόμου.

Οι αποφάσεις μπορεί να αφορούν διαφορετικά πράγματα, για παράδειγμα, την απόφαση να αγοράσεις κάτι, τη χρήση του διαδικτύου, τον τρόπο διαχείρισης των αποταμιεύσεων σου ή την απόφαση μεταξύ δύο ιατρικών θεραπειών που προσφέρει ο γιατρός.

Στη Συμφωνία της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων επιλέγεις κάποιον που εμπιστεύεσαι (ονομάζεται "υποστηρικτής") για να σε βοηθήσει να βρεις πληροφορίες που χρειάζεσαι για να πάρεις την καλύτερη απόφαση, να σκεφτείς τις διαφορετικές επιλογές που έχεις, να κατανοήσεις τα καλά πράγματα και τα κακά πράγματα γι' αυτές και να πεις σε άλλους ανθρώπους για τις αποφάσεις σου.

Η ΣΥΜΦΩΝΙΑ ΥΛΑ

- ▶ Αυτό το έγγραφο σου επιτρέπει να ορίσεις ένα άτομο για να σε βοηθήσει να παίρνεις αποφάσεις. Αυτό το άτομο ονομάζεται «Υποστηρικτής».
- ▶ Επιπλέον, πρέπει να ορίσεις ένα άλλο άτομο, τον «Διευκολυντή». Ο «Διευκολυντής» είναι ένα άτομο που σε βοηθά να να σιγουρευτείς ότι η Συμφωνία λειτουργεί όπως εσύ επιθυμείς και σε υποστηρίζει για να πάρεις τις αποφάσεις σου. Εάν δεν είσαι ευχαριστημένος με τον Υποστηρικτή, μπορείς να ζητήσεις από τον Διευκολυντή να μιλήσετε για αυτό. Μαζί μπορείτε να κάνετε τα πράγματα καλύτερα και ίσως ακόμη και να ζητήσεις να αντικατασταθεί ο Υποστηρικτής ή να διακοπεί η συμφωνία.
- ▶ Σε αυτό το έγγραφο περιγράφεις τους τομείς της ζωής σου όπου χρειάζεσαι υποστήριξη για να πάρεις αποφάσεις
 - Καταλαβαίνω τι είναι η Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων και τι περιλαμβάνει η Συμφωνία για εμένα.
 - Δηλώνω εδώ ότι χρειάζομαι και θέλω αυτό το είδος υποστήριξης να παρέχεται σε συγκεκριμένους τομείς της ζωής μου

Για τους λόγους αυτούς:

- Συμφωνώ το ακόλουθο άτομο να είναι ο Υποστηρικτής μου:

- Θέλω να επιτρέψω στον Υποστηρικτή μου να με βοηθήσει με αποφάσεις σχετικά με: π.χ



Το πώς να διαχειρίζομαι τα χρήματά μου:

Συγκεκριμένα, θέλω:



Τα δικαιώματα ως καταναλωτή. (π.χ.: όταν κάνω αγορές μέσω του διαδικτύου)

Συγκεκριμένα, θέλω:



Την υγεία μου:

Συγκεκριμένα, θέλω:

Ο υποστηρικτής μου δεν επιτρέπεται να παίρνει αποφάσεις για μένα, απλώς να με υποστηρίζει για να με βοηθήσει να αποφασίσω εγώ.

- Για να με βοηθήσει στις αποφάσεις μου, επιθυμώ ο υποστηρικτής μου να με:







	<ul style="list-style-type: none"> ▪ βοηθήσει να βρω τις <u>πληροφορίες που χρειάζονται</u> για να πάρω την απόφασή μου
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ βοηθήσει να κατανοήσω τις επιλογές μου, ώστε να μπορώ να αποφασίσω
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ βοηθήσει να ανακοινώσω τις αποφάσεις μου σε άλλα άτομα.

ΕΝΤΥΠΟ ΣΥΜΦΩΝΙΑΣ ΥΛΑ (Παράδειγμα)

Σελίδα 3 από 3

- Επίσης, διορίζω το ακόλουθο άτομο ως Διευκολυντής μου:

Συγκεκριμένα, θέλω να επιτρέψω στον διευκολυντή να με βοηθήσει με τα εξής:

	▪ να βρω έναν Υποστηρικτή που μου ταιριάζει
	▪ να καταλάβω πώς λειτουργεί η Συμφωνία
	▪ να λύσω οποιαδήποτε διαφωνία με τον Υποστηρικτή
	▪ να ελέγξω αν τα πράγματα πάνε καλά και αν είμαι ευχαριστημένος
	▪ να αλλάξω τη Συμφωνία εάν χρειαστεί και
	▪ να επιβεβαιώσει πότε έχει λήξει η Συμφωνία.

Αυτή η Συμφωνία θα συνεχιστεί για **2/3/6** μήνες ακόμα.
(Αλλάζει ανάλογα με τις ανάγκες)

Αντίγραφα αυτού του εντύπου δίνονται στο ΥΑ, τον Υποστηρικτή και τον Διευκολυντή

Συμφωνώ να ενεργήσω
ως υποστηρικτής.
(υπογραφή του υποστηρικτή)
(ολογράφως το όνομα)

Συμφωνώ να ενεργήσω
ως διευκολυντής.
(υπογραφή του διευκολυντή)
(ολογράφως το όνομα)

Υπογραφή
(υπογραφή του ΥΑ)
(ολογράφως το όνομα)

Υπογράφηκε στο: (τόπος)

Ημερομηνία:

Συμφωνία Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων

Τι είναι η Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων;

Η ο γιατρός.

Στη Συμφωνία της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων επιλέγεις κάποιον που εμπιστεύεσαι (ονομάζεται "Υποστηρικτής") για να σε βοηθήσει να βρεις τις πληροφορίες που χρειάζεσαι για να πάρεις την καλύτερη απόφαση, να σκεφτείς τις διαφορετικές επιλογές που έχεις, να καταλάβεις τα καλά πράγματα και τα κακά πράγματα γι' αυτές και να πεις σε άλλους ανθρώπους για τις αποφάσεις σου.

Η ΣΥΜΦΩΝΙΑ ΥΛΑ

- ▶ Αυτό το έγγραφο σου επιτρέπει να ορίσεις ένα άτομο για να σε βοηθήσει να παίρνεις αποφάσεις. Αυτό το άτομο ονομάζεται «Υποστηρικτής».
- ▶ Επιπλέον, πρέπει να ορίσεις ένα άλλο άτομο, τον «Διευκολυντή». Ο «Διευκολυντής» είναι ένα άτομο που σε βοηθά να να σιγουρευτείς ότι η Συμφωνία λειτουργεί όπως εσύ επιθυμείς και σε υποστηρίζει για να πάρεις τις αποφάσεις σου. Εάν δεν είσαι ευχαριστημένος με τον Υποστηρικτή, μπορείς να ζητήσεις από τον Διευκολυντή να μιλήσετε για αυτό. Μαζί μπορείτε να κάνετε τα πράγματα καλύτερα και ίσως ακόμη και να ζητήσετε να αντικατασταθεί ο Υποστηρικτής ή να διακοπεί η συμφωνία.
- ▶ Σε αυτό το έγγραφο περιγράφεις τους τομείς της ζωής σου όπου χρειάζεσαι υποστήριξη για να πάρεις αποφάσεις
 - Καταλαβαίνω τι είναι η Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων και τι περιλαμβάνει αυτή η Συμφωνία.
 - Δηλώνω εδώ ότι χρειάζομαι και θέλω αυτό το είδος υποστήριξης σε συγκεκριμένους τομείς της ζωής μου

Συμπληρωμένο Παράδειγμα

Σελίδα 2 από 3

Για τους λόγους αυτούς:

- Συμφωνώ το ακόλουθο άτομο να είναι ο Υποστηρικτής μου:

Τζένη Ιωάννου(η εκπαιδευτριά μου)

- Θέλω να επιτρέψω στον Υποστηρικτή μου να με βοηθήσει με αποφάσεις σχετικά με: π.χ



Το πώς να διαχειρίζομαι τα χρήματά μου:

Πώς να διαχειριστώ τα χρήματά μου

Συγκεκριμένα, θέλω:

Βοήθεια να αποφασίσω σε τι πρέπει να ξοδέψω τα χρήματά μου και πώς μπορώ να αποταμιεύσω χρήματα για ένα ταξίδι.



Τα δικαιώματα ως καταναλωτή. (π.χ.: όταν κάνω αγορές μέσω του διαδικτύου)

Συγκεκριμένα, θέλω:

Συγκεκριμένα, θέλω βοήθεια για να αποφασίσω τι να κάνω αν αλλάξω γνώμη για κάτι που αγόρασα.






Την υγεία μου:

Συγκεκριμένα, θέλω:

Βοήθεια να αποφασίσω αν θέλω να χάσω βάρος και αν το θέλω, τους καλύτερους τρόπους για να το κάνω.

Ο υποστηρικτής μου δεν επιτρέπεται να παίρνει αποφάσεις για μένα, απλώς να με υποστηρίζει για να με βοηθήσει να αποφασίσω εγώ.







- Για να με βοηθήσει στις αποφάσεις μου, επιθυμώ ο υποστηρικτής μου να με:

	▪ βοηθήσει να βρω τις <u>πληροφορίες που χρειάζονται</u> για να πάρω την απόφασή μου
	▪ βοηθήσει να κατανοήσω τις επιλογές μου, ώστε να μπορώ να αποφασίσω
	▪ βοηθήσει να ανακοινώσω τις αποφάσεις μου σε άλλα άτομα.

- Επίσης, διορίζω το ακόλουθο άτομο ως Διευκολυντής μου:

Ρένος Ράφτης (ο ψυχολόγος μου)

Συγκεκριμένα, θέλω να επιτρέψω στον διευκολυντή να με βοηθήσει με τα εξής:

	▪ να βρω έναν Υποστηρικτή που μου ταιριάζει
	▪ να καταλάβω πώς λειτουργεί η Συμφωνία
	▪ να λύσω οποιαδήποτε διαφωνία με τον Υποστηρικτή
	▪ να ελέγξω αν τα πράγματα πάνε καλά και αν είμαι ευχαριστημένος
	▪ να αλλάξω τη Συμφωνία εάν χρειαστεί και
	▪ να επιβεβαιώσει τότε έχει λήξει η Συμφωνία.

Αυτή η Συμφωνία θα συνεχιστεί για **2** μήνες ακόμα.
(Αλλάζει ανάλογα με τις ανάγκες)

Αντίγραφα αυτού του εντύπου δίνονται στο ΥΑ, τον Υποστηρικτή και τον Διευκολυντή

Συμφωνώ να ενεργήσω
ως υποστηρικτής.
(υπογραφή του υποστηρικτή)
(ολογράφως το όνομα)

Συμφωνώ να ενεργήσω
ως διευκολυντής.
(υπογραφή του διευκολυντή)
(ολογράφως το όνομα)

Υπογραφή
(υπογραφή του ΥΑ)
(ολογράφως το όνομα)

Τζένη Ιωάννου

Ρ Ράφτης

Στέλλα Σκουρλέτη

Υπογράφηκε στο: (τόπος): *Στο σπίτι μου*

Ημερομηνία: *20 Φεβρουαρίου*

Έντυπο για το Εξατομικευμένο Πλάνο Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων. Ακολουθεί ένα συμπληρωμένο παράδειγμα Εξατομικευμένου Πλάνου για μια υποστηριζόμενη απόφαση σχετικά με την απώλεια βάρους.

Όνομα Υποστηριζόμενου ατόμου	Όνομα του Υποστηρικτή	Όνομα του Διευκολυντή
Θέματα ΥΛΑ		
Πλάνο Δραστηριοτήτων		
Νέες δεξιότητες που χρειάζονται (πχ. αριθμητική, ανάγνωση κτλ.)		
Ημερομηνία έναρξης:	Προβλεπόμενη ημερομηνία λήξης:	
Πώς έχουν προχωρήσει οι δραστηριότητες; Επεξηγήστε πώς βοήθησαν /βελτιώθηκαν οι δεξιότητες		
Επόμενα βήματα (εάν δεν έχει επιτευχθεί αρκετή βελτίωση στην ΥΛΑ)		

Έντυπο για Εξατομικευμένο Πλάνο Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων, Παράδειγμα

Όνομα Υποστηριζόμενου ατόμου	Όνομα του Υποστηρικτή	Όνομα του Διευκολυντή
Συμεών	Χρήστος	Έρρικα
Θέματα ΥΛΑ	Υγεία. Ο Συμεών (το υποστηριζόμενο άτομο) θα ήθελε βοήθεια για να αποφασίσει πώς να χάσει βάρος	
Πλάνο Δραστηριοτήτων	<p>Εμείς (Συμεών & Χρήστος) συμφωνούμε ότι :</p> <ul style="list-style-type: none"> • πρέπει να βρούμε και να κατανοήσουμε πληροφορίες σχετικά με το τι είναι ένα υγιές βάρος για το ύψος του Συμεών. • να βρούμε και να κατανοήσουμε πληροφορίες σχετικά με τις δίαιτες και τη σωματική άσκηση ως δύο βασικούς τρόπους για να χάσει βάρος. Να σκεφτούμε να δει ένα άτομο που γνωρίζει για τη διατροφή και για το πως χάνεις βάρος (έναν διαιτολόγο), ώστε να βοηθήσει τον Συμεών να ακολουθήσει μια διατροφή (π.χ. θερμίδες, τι υπάρχει σε διαφορετικά τρόφιμα, πράγματα που σε κάνουν να παχύνεις, κλπ.) • Να μάθουμε τι είδους αθλήματα και σωματική άσκηση θα τον βοηθήσουν να χάσει βάρος. Να συζητήσουμε τρόπους για να το κάνει (π.χ. διαθέσιμοι πόροι, προσωπικές ικανότητες και τι του αρέσει /δεν αρέσει). Να συμφωνηθεί μια δοκιμαστική περίοδος για ένα πρόγραμμα άσκησης και μια δίαιτα, έτσι ώστε το υποστηριζόμενο άτομο να μπορέσει να δει πώς είναι και αν θα ήθελε να το κάνει. 	
Νέες δεξιότητες που χρειάζονται (πχ. αριθμητική, ανάγνωση κτλ.)	Να κατανοεί τους γλωσσικούς όρους που σχετίζονται με αυτό το θέμα (διατροφή, δίαιτα, φυσική άσκηση). Να κατανοήσει πώς λειτουργεί το σύστημα των θερμίδων. Να μάθει να αναζητά σχετικές πληροφορίες στο διαδίκτυο.	
Ημερομηνία έναρξης: 10/03/2019	Προβλεπόμενη ημερομηνία λήξης: 01/05/2019	Πραγματική ημερομηνία λήξης: 30/05/2019
Πώς έχουν προχωρήσει οι δραστηριότητες;	<p>Ήταν εύκολο για τον Συμεών να κατανοήσει τον διαιτολόγο και τι σημαίνει να ακολουθεί μια δίαιτα.</p> <p>Βελτιώσαμε την κατανόηση του Συμεών (χρησιμοποιώντας πίνακες και εικόνες) σχετικά με τα διάφορα τρόφιμα και τη θερμιδική αξία τους. Η μέτρηση και η καταγραφή των θερμίδων δυσκολεύει λίγο τον Συμεών. Στον Συμεών αρέσουν τα ατομικά αθλήματα (όπως κολύμπι) και οι δραστηριότητες χαμηλής έντασης (περπάτημα). Έχει ξεκινήσει να ψάχνει πληροφορίες στο διαδίκτυο για να βρει μια τοπική πισίνα κοντά στο σπίτι του. Αυτό απαιτούσε κάποια υποστήριξη για να μάθει πώς να κάνει την αναζήτηση. Ο Συμεών έφτιαξε έναν πίνακα για να καταγράφει το βάρος του κάθε εβδομάδα. Ο Συμεών ξέρεi ότι θα μπορούσε να επιλέξει να επισκέπτεται τακτικά τον διαιτολόγο εάν αποφασίσει να ακολουθήσει μια δίαιτα.</p>	

Γεια σου, αυτό το σύντομο έγγραφο θα σε βοηθήσει να βελτιώσεις την υποστήριξη που λαμβάνεις από τον Υποστηρικτή σου.





Διάβασε προσεκτικά τις ερωτήσεις και αφιέρωσε λίγο χρόνο για να τις απαντήσεις.

Ο/Η _____ (συμπλήρωσε το όνομα του υποστηρικτή σου) θα σε βοηθήσει εάν χρειάζεσαι υποστήριξη με αυτό το έντυπο. Ο υποστηρικτής σου θα κρατήσει αντίγραφο του εντύπου. Μπορείς και εσύ να κρατήσεις ένα αντίγραφο!


Σήμερα είναι __ / __ / __

1. Μπορείς να θυμηθείς κάποιες αποφάσεις που έχεις λάβει πρόσφατα; Περιέγραψε έως και 3 από αυτές στο παρακάτω πλαίσιο


2. Σου έχει δώσει (ο Υποστηρικτής σου) _____ υποστήριξη για να λάβεις οποιαδήποτε από αυτές τις αποφάσεις;

			
Όχι πολύ	Για μερικές	Ναι	Δεν γνωρίζω


Αν


Όχι πολύ


 ή


Δεν γνωρίζω

Γιατί νιώθεις έτσι;

Αν  για ποιες από όλες;
Για ερικές

Για ποιες δεν έλαβες καθόλου υποστήριξη

Αν ναι  τι είδους υποστήριξη έλαβες;

ΣΗΜΕΙΩΣΗ για οποιονδήποτε βοηθά το υποστηριζόμενο άτομο να συμπληρώσει αυτό το έντυπο: Εάν η απάντηση είναι «δεν γνωρίζω», τότε προσδιορίστε: είναι επειδή δεν θυμάται (κάντε ερωτήσεις σχετικά με τις κοινές σας εμπειρίες), επειδή ντρέπεται / φοβάται να κάνει ερωτήσεις ή επειδή δεν καταλαβαίνει την πηγή αυτού του συναισθήματος;

- 1.
- 2.
- 3.

3. Σου ήταν χρήσιμη η υποστήριξη που έλαβες για τη λήψη αυτών των αποφάσεων;



Όχι πολύ καλή



Έτσι και έτσι



Καλή



Δεν γνωρίζω

4. Ήταν αρκετή η υποστήριξη για να πάρεις τις αποφάσεις σου;



Όχι πολύ καλή



Έτσι και έτσι



Ναι







Δεν γνωρίζω





Υπάρχουν πράγματα σχετικά με το είδος της υποστήριξης που έλαβες που θα ήθελες να βελτιωθούν; Τι θα ήθελες να δεις να αλλάζει;

1.
2.
3.





5. Θα ήθελες να πάρεις περισσότερες αποφάσεις για τον εαυτό σου(αλλά με υποστήριξη) στο μέλλον;

			
Όχι	Μάλλον	Ναι	Δεν γνωρίζω





6. Πιστεύεις ότι ο/η _____ (ο Υποστηρικτής) σεβάστηκε πάντα τις αποφάσεις σου;

			
Όχι και τόσο	Μερικές φορές	Ναι	Δεν γνωρίζω





Σε βοήθανε τα παρακάτω στο να αποφασίζεις καλύτερα για τον εαυτό σου;
Οι υπολογιστές (το ίντερνετ, οι εφαρμογές στο κινητό κτλ.)

			
Όχι και τόσο	Μερικές φορές	Ναι	Δεν γνωρίζω

Το να μιλάς με άλλους ανθρώπους, να μπορείς να γράφεις, να μπορείς να διαβάζεις

			
Όχι και τόσο	Μερικές φορές	Ναι	Δεν γνωρίζω

Τα μαθηματικά και η αριθμητική;

			
Όχι και τόσο	Μερικές φορές	Ναι	Δεν γνωρίζω

7. Συνολικά, πώς εκτιμάς την υποστήριξη που έλαβες από τον/την _____;



Όχι πολύ καλή



Έτσι και έτσι



Καλή



Δεν γνωρίζω

Διατήρησε αυτό το αρχείο ασφαλές και πάρε το μαζί σου για να το μοιραστείς με τον Διευκολυντή σου την επόμενη φορά που θα μιλήσετε.

Όνομα του υποστηρικτή:

Όνομα υποστηριζόμενου ατόμου:

Ημερομηνία: ____ / ____ / _____

Σημείωση: ο υποστηρικτής συμπληρώσει το έντυπο ως αναστοχαστική δραστηριότητα.

1. Υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων: ανταπόκριση του υποστηριζόμενου ατόμου.

Μπορείτε να καταγράψετε τις αποφάσεις που έπρεπε να λάβει το υποστηριζόμενο άτομο;

- 1.
- 2.
- 3.

Τι είδους υποστήριξη παρείχατε;

- 1.
- 2.
- 3.

Ποια ήταν η αντίδραση του υποστηριζόμενου ατόμου στην υποστήριξή σας; (επιλέξτε μία ή περισσότερες απαντήσεις και συμπληρώστε τα κενά με περισσότερες λεπτομέρειες)

1. Το υποστηριζόμενο άτομο πήρε όλες τις αποφάσεις, και μερικές από αυτές βασίζονταν στις συμβουλές του υποστηρικτή (Ποιες αποφάσεις; Τι είδους συμβουλές παρείχατε;)
2. Το υποστηριζόμενο άτομο πήρε αποφάσεις αλλά δεν είχε πλήρη αντίληψη των συνεπειών (ποιες συνέπειες είχε παραβλέψει;)
3. Το υποστηριζόμενο άτομο φοβόταν την νέα ευθύνη που έπρεπε να αναλάβει ως αποτέλεσμα της ίδιας της απόφασης (ποια ευθύνη;)
4. Το υποστηριζόμενο άτομο δεν μπόρεσε να πάρει *κάποιες* αποφάσεις (ποιες και γιατί;)
5. Το υποστηριζόμενο άτομο μπόρεσε να πάρει κάποιες αποφάσεις (ποιες;)
6. Το υποστηριζόμενο άτομο δεν μπόρεσε να πάρει *καμία* απόφαση.

Τι είδους στρατηγικές/μέτρα πήρατε για να βελτιώσετε την ικανότητα του υποστηριζόμενου Ατόμου να παίρνει αποφάσεις; Τι είδους αποτέλεσμα είχαν;

- 1.
- 2.
- 3.

Όταν είδατε πώς αντέδρασε το Υποστηριζόμενο Άτομο στην αρχική φάση της υποστήριξής σας, πώς προσαρμόσατε την προσέγγισή σας για να το βοηθήσετε με την ΥΛΑ;

- 1.
- 2.
- 3.

2. Υποστηριζόμενη Λήψη Αποφάσεων – Ανταπόκριση του Υποστηρικτή

Πώς αισθάνεστε για αυτή την μετάβασή σας από το προηγούμενο μοντέλο λήψης αποφάσεων (κατευθυνόμενη λήψη αποφάσεων) στην υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων; Παρακαλούμε επιλέξτε ένα από τα παρακάτω:

1. Η μετάβαση ήταν ομαλή και προσαρμόστηκα άψογα (δώστε ένα παράδειγμα από μια εύκολη ΥΛΑ)
2. Κάποιες αποφάσεις είναι δύσκολο να υποστηριχτούν (ποιές; τι τις κάνει δύσκολες;)
3. Νομίζω πως χρειάζομαι μεγαλύτερη καθοδήγηση σε κάποια θέματα (σε ποιά; τι θα μπορούσε να σας βοηθήσει;)
4. Σε κάποιες αποφάσεις ίσως υπερέβην το ρόλο μου ως Υποστηρικτή (σε ποιές; Παρακαλούμε περιγράψτε πώς και γιατί συνέβη αυτό)
5. Δεν είμαι ακόμα έτοιμος να υποστηρίξω αποφάσεις (παρακαλούμε περιγράψτε τι σας κάνει το πιστεύετε αυτό)
6. Δυσκολεύομαι να κατανοήσω τον νέο μου ρόλο και να προσαρμοστώ στα νέα όρια (ποια όρια σας δυσκολεύουν και γιατί;)

Τι έπρεπε να αλλάξετε στην προσέγγισή σας ώστε να προχωρήσετε στην ΥΛΑ;

Πώς νιώθετε με την αλλαγή της θέσης σας στο ρόλο της υποστήριξης για τη λήψη απόφασης, εν αντιθέσει με το να παίρνετε εσείς ή κάποιος άλλος αποφάσεις εκ μέρους του υποστηριζόμενου ατόμου (καθοδηγούμενη λήψη αποφάσεων;)

- Πιο ικανοποιημένος
- Ούτε ικανοποιημένος ούτε δυσαρεστημένος

Μπορείτε να εξηγήσετε γιατί αισθάνεστε έτσι;

Ποια είναι η εκτίμησή σας για το δίκτυο επαγγελματιών, φίλων και συγγενών που υποστηρίζει τη βελτίωση της διαδικασίας λήψης αποφάσεων; Επιλέξτε το πιο σχετικό από τα ακόλουθα:

- Είναι ένα πραγματικά αποτελεσματικό και συντονισμένο τοπικό δίκτυο;
- Ορισμένοι συμμετέχοντες είναι πιο δραστήριοι και αποτελεσματικοί από άλλους (ποιος και γιατί πιστεύεις ότι ισχύει αυτό;)
- Ορισμένοι συμμετέχοντες συντονίζονται περισσότερο με τη νέα νοοτροπία γύρω από την ΥΛΑ και έχουν προσαρμόσει ανάλογα τη συμπεριφορά και τη στάση τους, αλλά άλλοι χρειάζονται περισσότερο χρόνο ώστε να πραγματοποιήσουν πλήρως αυτή την αλλαγή. Μπορείτε (εάν είναι δυνατόν) να δώσετε παραδείγματα από την κάθε ομάδα και να πείτε γιατί πιστεύετε ότι οι δυσκολίες παραμένουν;
- Το δίκτυο είναι ουσιαστικά αναποτελεσματικό και ανεπαρκώς συντονισμένο (μπορείς να εξηγήσεις γιατί συμβαίνει αυτό;)

Μπορείτε να εξηγήσετε γιατί αισθάνεστε έτσι;

Συνολικά, πώς θα μπορούσατε να βελτιώσετε την ΥΛΑ;

Λίστα πλαισίων/υπηρεσιών όπου θα μπορούσαν να εισαχθούν η ΥΛΑ και το πρόγραμμα SMARTS

Σε τι είδους υπηρεσίες ταιριάζει ουσιαστικά η νοοτροπία και οι προτάσεις του SMARTS;

Όλες οι ακόλουθες υπηρεσίες θεωρούνται μέρη όπου μπορούν να λειτουργήσουν οι ιδέες και οι προτάσεις αυτού του εγχειριδίου, καθώς όλες έχουν μεγάλη επίδραση στο δικαίωμα των ΑμεΑ στη Σεξουαλικότητα και την Οικειότητα:



Οικοτροφεία → Αυτά τα πλαίσια συνήθως προσφέρουν κατοικία σε άτομα με αναπηρία που χρειάζονται μακροχρόνια υποστηριζόμενη στέγαση. Η υπηρεσία προσφέρει καθημερινό πρόγραμμα που πλαισιώνεται από εργαζομένους υποστήριξης και οργανώνεται από επαγγελματίες Υγείας ή/και Κοινωνικής Φροντίδας ή εθελοντικές οργανώσεις.



Στέγες

Υποστηριζόμενης Διαβίωσης → Ως παρέμβαση βασιζόμενη στην κοινότητα, αυτές οι δομές συνήθως περιλαμβάνουν κοινωνική στέγαση για ΑμεΑ που ζουν μαζί σε ένα κοινό κατάλυμα εντός της κοινότητας και επωφελούνται από τη συνοδεία εργαζομένων υποστήριξης. Η διαχείριση του καταλύματος είναι ευθύνη κάποιου επαγγελματία Υγείας ή/και Κοινωνικής Φροντίδας προερχόμενου από κάποιον πάροχο κοινωνικών υπηρεσιών



Υπηρεσίες Αυτόνομης Διαβίωσης → Αυτή η κατηγορία υπηρεσιών συνήθως περιλαμβάνει μια διεπιστημονική ομάδα που υποστηρίζει άτομα με αναπηρία τα οποία ζουν αυτόνομα στο δικό τους κατάλυμα. Η υποστήριξη υπερβαίνει τη στέγαση και γενικά περιλαμβάνει κάποιο επίπεδο υποστήριξης για την καθημερινή τους ζωή σε διάφορους τομείς όπως η οικιακή οικονομία, οι οικιακές εργασίες, οι σχέσεις, οι εργασιακές απαιτήσεις...



Υποστηριζόμενη Εργασία → Αυτή η κατηγορία υπηρεσιών γενικά αναφέρεται σε μια διεπιστημονική ομάδα που υποστηρίζει τα άτομα με αναπηρία στην πρόσβαση, τη διατήρηση, την αλλαγή και την εξέλιξη όσον αφορά την εργασιακή απασχόληση και τα εργασιακά προσόντα. Οι υπηρεσίες Υποστηριζόμενης Εργασίας περιλαμβάνουν προστατευόμενη ή υποστηριζόμενη απασχόληση, καθώς και ένταξη στην ανοιχτή αγορά εργασίας, και μπορούν να υποστηρίξουν τους χρήστες των υπηρεσιών σε διάφορους τομείς της ζωής τους.



Κέντρα Δημέρευσης - Ημερήσιας Φροντίδας → Σχεδιασμένα κυρίως για άτομα με πιο σοβαρές αναπηρίες, αυτές οι υπηρεσίες περιλαμβάνουν μια διεπιστημονική ομάδα που υποστηρίζει άτομα με αναπηρία κατά τη διάρκεια της ημέρας, παρέχοντας δραστηριότητες απασχόλησης καθώς και θεραπευτικές και ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις στο πλαίσιο ενός κέντρου ημέρας.

Αυτή η λίστα υπηρεσιών σίγουρα δεν εξαντλεί τα ήδη πλαίσια που υπάρχουν! Εάν αυτές οι κατευθυντήριες γραμμές ταιριάζουν και μπορούν να εφαρμοστούν και σε άλλες υπηρεσίες ή περιβάλλοντα –ακόμη και στο οικογενειακό πλαίσιο–, τότε οι προτάσεις του SMARTS μπορεί να έχουν θετικό αντίκτυπο. Υπάρχει πάντα «περιθώριο» για τη βελτίωση των υπηρεσιών και «χώρος» για τα ΑμεΑ να αποκτήσουν τον έλεγχο της ζωής τους και να λάβουν τις αποφάσεις τους... ακόμη και (η ειδικά!) στον τομέα των ερωτικών σχέσεων και της σεξουαλικότητας.

Εκπαιδευτικό Υλικό (διεθνές και τοπικό)

Υπάρχει μια τεράστια γκάμα εκπαιδευτικού υλικού σε κάθε είδους μορφές και γλώσσες που καλύπτουν την ΥΛΑ και ζητήματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα. Δεδομένης της φύσης του έργου SMARTS, αυτή η λίστα υλικών παρατίθεται πρώτα από όλα ανά γλώσσα και μετά ανά θέμα.

Το πρόγραμμα SMARTS είναι πάντα στην ευχάριστη θέση να μαθαίνει για νέο υλικό που μπορεί να βοηθήσει σε αυτόν τον τομέα. Παρακαλούμε στείλτε μας email στη διεύθυνση επικοινωνίας στον ιστότοπο του προγράμματος SMARTS <https://smarts-project.com/>

Εκπαίδευση και υλικό γύρω από την ΥΛΑ

Η εκπαίδευση στην ΥΛΑ πρέπει πάντα να εξετάζεται στο πλαίσιο των τοπικών νόμων, και γι' αυτό μεγάλο μέρος της διαθέσιμης εκπαίδευσης σχετίζεται με αλλαγές σχετικά με τους νόμους περί νοητικής ικανότητας και πώς τα ΑμεΑ μπορούν να μεγιστοποιήσουν την ελευθερία τους να αποφασίζουν για τον εαυτό τους, σύμφωνα με τους όρους της τοπικής νομοθεσίας.

Η ΥΛΑ είναι ουσιαστικά μια διεθνής ιδέα με πολλά ενδιαφέροντα παραδείγματα ανά τον κόσμο! Δείτε για παράδειγμα:

Εκπαιδευτικό Υλικό στα Αγγλικά

- » <https://ddwa.org.au/online-courses/supported-decision-making-course-outline/> Αυτή είναι μια δωρεάν διαδικτυακή πηγή εκπαίδευσης μέσω βίντεο, που παρέχει γενικές πληροφορίες για την καθοδήγηση της διαδικασίας ΥΛΑ για ένα άτομο με διανοητική αναπηρία. Οι πληροφορίες σε αυτή την ιστοσελίδα προορίζονται για υποστηρικτές που μπορεί να είναι: γονείς, φίλοι, μέλη της οικογένειας, εργαζόμενοι υποστήριξης, συντονιστές και συναφείς επαγγελματίες υγείας. Η παραγωγή έγινε από την DDWA (Δυτική Αυστραλία).
- » <http://www.supportmydecision.org/>, από την Disability Rights Maine στις ΗΠΑ.
- » <https://www.alrc.gov.au/publication/equality-capacity-and-disability-in-commonwealth-laws-alrc-report-124/1-executive-summary-2/towards-supported-decision-making-in-australia/>, μία χρήσιμη πηγή ΥΛΑ από την Australian Law Reform Commission, όπου παραθέτονται οι Τέσσερις Εθνικές Αρχές Λήψης Αποφάσεων
- » <https://autisticadvocacy.org/actioncenter/issues/choices/sdm/> από την Autistic Self Advocacy Network (ASAN), Washington DC.

- » <https://www.nds.org.au/training-and-development/e-learning/supported-decision-making-e-learning-module-3039>- μια εισαγωγική τηλε-εκπαίδευση από το National Disability Services στην Αυστραλία.

Με την ολοκλήρωση της ενότητας, οι εκπαιδευόμενοι θα έχουν αποκτήσει:

- βασική κατανόηση των κύριων εννοιών, αρχών και στρατηγικών που σχετίζονται με την ΥΛΑ
- αυτοπεποίθηση για την έναρξη εφαρμογής αυτής της γνώσης στην καθημερινή εργασία
- ικανότητα εντοπισμού προκλήσεων και στρατηγικών για τη μεγιστοποίηση των ευκαιριών για τα άτομα με αναπηρία να λαμβάνουν αποφάσεις σε όλες τις πτυχές της ζωής τους
- καλύτερη κατανόηση θεμάτων που σχετίζονται με τη λήψη αποφάσεων, συμπεριλαμβανομένων παραγόντων που μπορεί να επηρεάσουν την ικανότητα ενός ατόμου να λαμβάνει αποφάσεις και εργαλείων που θα μπορούσαν να βοηθήσουν σε αυτό

Εφαρμόζοντας αυτές τις έννοιες και αρχές θα μπορείτε να ενδυναμώσετε ένα άτομο με αναπηρία και να ενισχύσετε το δικαίωμά του να είναι υπεύθυνο για τη ζωή του. Η ενότητα διαρκεί κατά μέσο όρο 80 λεπτά. Ένα Πιστοποιητικό Ολοκλήρωσης είναι διαθέσιμο στους εκπαιδευόμενους που ολοκληρώνουν πλήρως την ενότητα.

- » Το Mencap (in the UK) έχει μία ευρεία γκάμα από υλικό για το σεξ και τη σεξουαλικότητα, με έμφαση στην οπτική των ΑμεΑ <https://www.mencap.org.uk/about-us/what-we-think/relationships-and-sex-what-we-think>, και <https://www.mencap.org.uk/sites/default/files/2020-10/You Being You Easy Read.pdf>.

Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία είναι ένα βασικό έγγραφο για την κατανόηση της ΥΛΑ. Υπάρχει πληθώρα εκπαιδευτικού υλικού για αυτό το θέμα:

- » Μία προσβάσιμη μορφή με κείμενο για όλους (easy to read) στα Αγγλικά υπάρχει στο σύνδεσμο https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/345108/easy-read-un-convention.pdf
- » Υλικό για τα διαφορετικά άρθρα της σύμβασης, πχ. με εστίαση στην ψυχική υγεία υπάρχουν στο σύνδεσμο <https://mhe-sme.org/wp-content/uploads/2017/09/Toolkit-on-article-27-of-the-UNCRPD.pdf>
- » Η σελίδα Autism Europe έχει επίσης πολύ υλικό: <https://www.autismeurope.org/what-we-do/areas-of-action/un-crpd/>. Η σελίδα Autism Europe δημιουργήθηκε μέσω του Ευρωπαϊκού Προγράμματος TRASE, το οποίο επικεντρώνεται στη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση ΑμεΑ. Υπάρχει χρήσιμο εκπαιδευτικό υλικό στον παρακάτω σύνδεσμο: <https://www.autismeurope.org/project-trase-training-in-sexual-education-for-people-with-disabilities-2015-2017/>

Υπάρχει επίσης εκπαιδευτικό υλικό για το ζήτημα της αντρικής και γυναικείας αντισύλληψης:

- » Το Choice Support παρέχει το υλικό "Supported Loving" toolkit σχετικά με την αντισύλληψη και τη σεξουαλική υεγία <https://www.choicesupport.org.uk/about-us/what-we-do/supported-loving/supported-loving-toolkit/contraception-and-sexual-health>. Αυτό είναι μόνο ένα μέρος από τη σειρά φυλλαδίων που είναι διαθέσιμα από το πρόγραμμα CHOICE στο πλαίσιο της σειράς Υποστηριζόμενης Αγάπης (Supported Loving).
- » Το FPA (Family Planning Association) έχει έναν εικονογραφημένο οδηγό σχετικό με την αντισύλληψη για ΑμεΑ και των δύο φύλων <file://localhost/Users/jameshome/Downloads/look-inside-contraception-guide-people-with-learning-disabilities.pdf>

Εδώ μπορείτε να βρείτε κι άλλο χρήσιμο εκπαιδευτικό υλικό:

- » Love, Sex and You – ένας οδηγός για την αγάπη και το σεξ για άτομα με νοητική αναπηρία γραμμένο από τους Dorset People First και Dorset primary Care Trust. See http://www.apictureofhealth.southwest.nhs.uk/wp-content/uploads/sexual-health/feelings/Love_Sex_You.pdf
- » Το θέμα της παρακολούθησης πορνογραφικού υλικού μέσω διαδικτύου και της νομιμότητάς του αναφέρεται στο <https://www.choicesupport.org.uk/uploads/documents/Online-Pornography-and-Illegal-Content-Web-Version.pdf>
- » Το CHANGE είναι ένας οργανισμός υπεράσπισης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων διοικούμενος από ΑμεΑ, με έδρα στο Ηνωμένο Βασίλειο. Έχουν δημιουργήσει εκπαιδευτικό υλικό σε μορφή κειμένου για όλους (easy to read) για ΑμεΑ σε θέματα όπως το σεξ, οι σχέσεις, η κακοποίηση, η γονεϊκότητα, ο αυνανισμός, η εγκυμοσύνη και οι διαφορετικοί σεξουαλικοί προσανατολισμοί: <https://www.changepeople.org/shop/products>
- » Θέματα διεμφυλικότητας για άτομα με νοητική αναπηρία καλύπτονται στον οδηγό "Transgender an easy read guide" που δημιουργήθηκε από το Achieve Together, Choice Support and CHANGE, σε μορφή κειμένου για όλους (easy to read): <https://achievetogether.co.uk/wp-content/uploads/2019/10/Transgender-easy-read-guide-WEB-ACCESSIBLE-10.10.19.pdf>

Το Mencap (ένας σημαντικός πάροχος υπηρεσιών για άτομα με νοητική αναπηρία με έδρα στο Ηνωμένο Βασίλειο) έχει συγκεντρώσει ένα σημαντικό αριθμό από πηγές σχετικές με τις σχέσεις, τη σεξουαλικότητα και τη νοητική αναπηρία. Μπορείτε να τις βρείτε στο https://www.mencap.org.uk/sites/default/files/2019-02/Sexuality and Relationships Resources Mencap_0.pdf

Εκπαιδευτικό Υλικό στα Ελληνικά:

- » Στον παρακάτω συνδέσμο μπορείτε να βρείτε το κείμενο Σύμβαση του Ο.Η.Ε. για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία σε μορφή κειμένου για όλα (EasytoRead). Η σύμβαση μιλάει για το δικαίωμα των ΑμεΑ στην ελευθερία, την ισότητα και την προσωπική επιλογή. Θίγει ακόμα το θέμα του δικαιώματος στη δημιουργία οικογένειας. <http://prosvasimo.gr/el/sumvash-ohe-entuph-easytoread>
- » Το έργο iDecide αποτελεί μια πρώτη προσπάθεια εφαρμογής της διαδικασίας Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων σε επίπεδο σχολικών μονάδων, με στόχο την ουσιαστική συμπερίληψη όλων των μαθητών και την αποφυγή του αποκλεισμού και των ανισοτήτων: <https://idecide-project.eu/index.php/el/about>. Η πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης του έργου iDecide περιλαμβάνει διαδικτυακά μαθήματα και χρήσιμο υλικό για τους διευθυντές και το προσωπικό των σχολείων, τους γονείς και τους μαθητές, ούτως ώστε να μπορούν να λαμβάνουν αποφάσεις χωρίς αποκλεισμούς στο επίπεδο του σχολείου. <https://idecide-project.eu/elearning/mod/page/view.php?id=32>

DECIDER: Enhancing life experiences for adults with special learning needs, trainers and parents through supported decision-making

Το πρόγραμμα χρηματοδοτείται από την εθνική αρχή της Πολωνίας και λήγει τον Μάιο του 2023.

Συντονιστής του έργου είναι ο οργανισμός PSONI (Πολωνία) και συνεργάτες οι οργανισμοί: MAPGARITA, Lietuvos sutrikusio intelekto žmonių globos bendrija "Viltis" (Λιθουανία), Association for activism, education, culture and art Civil Center AktivUM (Βόρεια Μακεδονία), Fundació Tutelar de les Comarques Gironines (Ισπανία), Fundació Campus Arnau d'Escala (Ισπανία) . Στόχος του προγράμματος είναι η παροχή εκπαιδευτικών υλικών και εργαλείων πληροφορικής στο προσωπικό που εργάζεται στον τομέα της αναπηρίας, για την εφαρμογή της Υποστηριζόμενης Λήψης Αποφάσεων (ΥΛΑ) ως υπηρεσίας υποστήριξης για άτομα με αναπηρία με στόχο την ενίσχυση της αυτονομίας και της ποιότητας ζωής τους. Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με το research.development@eemargarita.gr ή επισκεφτείτε την σελίδα του προγράμματος <http://decider-project.eu/>.

- » <http://decider-project.eu/el/δημοσίευση/>





SMARTS

για τους
οικογενειακούς φροντιστές

www.smarts-project.com