



- Με την Δήμητρα Κοντοβά και την Αθηνά Κρητικού  
- With Dimitra Kontova and Athena Kritikou
- **Απομαγνητοφώνηση: Σελίδα 1 με 4 / Transcript: Page 4 till the end**

### Απομαγνητοφώνηση

Ανδρική Φωνή: Είναι τα podcast του hoponinclusion.com

Αθηνά Κρητικού: Γεια σας, είμαι η Αθηνά Κρητικού, Ιδρύτρια και Πρόεδρος του Σ.Κ.Ε.Π. Σήμερα φιλοξενώ τη Δήμητρα Κοντοβά. Η Δήμητρα είναι Σύμβουλος Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων Συμπερίληψης & Προσβασιμότητας του Σ.Κ.Ε.Π.

Ανδρική Φωνή: Αναπηρία; Μην κολλάς στα στερεότυπα. Συζητάμε χωρίς φίλτρα όλα τα τι, πώς και γιατί που μας προβληματίζουν.

Αθηνά Κρητικού: Δήμητρα μου καλημέρα. Σε ευχαριστώ πάρα πολύ που είσαι μαζί μας σήμερα.

Δήμητρα Κοντοβά: Καλημέρα! Κι εγώ ευχαριστώ πολύ για την πρόσκληση. Είναι μεγάλη μου χαρά να είμαι μαζί σας.

- Ήθελα να σε ρωτήσω το εξής: σε παιδική ηλικία, απέκτησες κινητική αναπηρία, ύστερα από τροχαίο. Θα ήθελα να σε γυρίσω πίσω στο χρόνο και να μας μιλήσεις για το σχολείο. Ποιο εκπαιδευτικό σύστημα ακολούθησες, ποιες ήταν οι βασικές δυσκολίες που αντιμετώπισες; Ήταν η προσβασιμότητα των σχολικών εγκαταστάσεων; Το βλέμμα των συμμαθητών, των εκπαιδευτικών, των άλλων γονέων; Και τι έκανε το βλέμμα των ανθρώπων να αλλάξει;

- Λοιπόν, ναι, ζω με κινητική αναπηρία από παιδική ηλικία, οπότε όταν χρειάστηκε να πάω στο δημοτικό, πήγα χρησιμοποιώντας το αναπηρικό μου αμαξίδιο. Αρχικά να πω ότι πήγα σε σχολείο γενικής εκπαίδευσης. Ήταν περίπου, αν θυμάμαι καλά, το έτος '97-'98, που τότε δεν υπήρχαν καθόλου, σχεδόν καθόλου, υποδομές στην Ελλάδα, πόσο μάλλον στη Λαμία, μια επαρχιακή πόλη στην οποία μεγάλωσα εγώ. Εκτός από τις υποδομές δεν υπήρχε και η αντίστοιχη ενημέρωση, οπότε οι προτάσεις της πολιτείας προς το οικογενειακό περιβάλλον ήταν να πάω σε ειδικό σχολείο, αλλά για καλή μου τύχη, οι δικοί μου επέμεναν να πάω σε γενικό. Το κτίριο όμως δεν ήταν προσβάσιμο. Τους πρώτους μήνες έμπαινα από την πίσω πόρτα, η οποία είχε λιγότερα σκαλιά από την μπροστά και χρησιμοποιούσα μόνο μία αίθουσα και δεν είχα πρόσβαση στο προαύλιο.

- Δηλαδή, συγγνώμη που σε διακόπτω, στο διάλειμμα τι έκανες; Έμενες μέσα στην τάξη;

- Ναι, έμενα μέσα στην τάξη και έβλεπα τους συμμαθητές μου να παίζουν από το παράθυρο. Βέβαια επειδή ήμασταν όλοι στην ίδια ηλικία, είχαμε όλοι το ίδιο άγχος και την ίδια περιέργεια για το πού βρισκόμαστε τώρα, ήμασταν όλοι "πρωτάκια".

- Έτσι.

- Οπότε, δεν υπήρχαν περιέργια βλέμματα από τους συμμαθητές μου. Είχαμε όλοι την ίδια περιέργεια ο ένας για τον άλλον. Οπότε μετά από την πρώτη εβδομάδα, σχεδόν τον πρώτο μήνα, καθόντουσαν όλο και περισσότερα παιδιά στο διάλειμμα μέσα μαζί μου, μέσα στην αίθουσα να μου κάνουν παρέα.

- Αυτό είναι καταπληκτικό, είναι σπάνιο. Δεν ξέρω αν θα συνέβαινε στην Αθήνα αυτή τη στιγμή η ίδια, έτσι, αντιμέτωπιση.

- Εμένα τότε μου ήταν αυτονόητο. Και λόγω της ηλικίας και επειδή μετά αυτό, αυτή τη συμπερίληψη την έζησα και στο γυμνάσιο και στο λύκειο, και γενικά το βίωσα στην κοινωνία της Λαμίας, οπότε για μένα τότε ήταν αυτονόητο. Μετά, ερχόμενη στην Αθήνα για σπουδές, κατάλαβα ότι τα πράγματα είναι διαφορετικά. Αλλά θα γυρίσω πίσω στο δημοτικό για να πω ότι έτσι σιγά σιγά κατάλαβαν και οι δάσκαλοί μου, και το μετέφεραν στους υπεύθυνους, ότι υπάρχει ανάγκη για συμπερίληψη, υπάρχει ανάγκη για να δημιουργηθούν ράμπες ούτως ώστε να μπορώ και εγώ να συμμετέχω με τα υπόλοιπα παιδιά στο παιχνίδι στο προαύλιο, στο διάλειμμα. Έτσι σιγά σιγά δημιουργήθηκαν ράμπες και συμμετείχα και εγώ κανονικά με τους συμμαθητές μου στο διάλειμμα.

- Πόσο καιρό μετά έβαλαν τη ράμπα; Δηλαδή πέρασε η πρώτη χρονιά μέσα στην τάξη ή έγινε κατά τη διάρκεια του χρόνου; Δεν ξέρω κι αν το θυμάσαι, βέβαια, στην ουσία.

- Δεν το θυμάμαι πολύ καλά, όχι, αλλά θυμάμαι σίγουρα ότι από τη δεύτερα και τρίτη δημοτικού, που αρχίσαμε να είμαστε και λίγο μεγαλύτερα παιδιά και να παίζουμε ας πούμε και βόλεϊ και παιχνίδια με μπάλα, συμμετείχα και εγώ κανονικά. Δηλαδή, όπως οι συμμαθητές μου μαθαίνανε βόλεϊ, έτσι μάθαινα και εγώ. Οπότε βρήκαμε τρόπους μέσα από το παιχνίδι και κάναμε και δικές μας παραλλαγές στα παιχνίδια για να παίζω και εγώ. Οπότε για εμάς ήταν κάτι που ανακαλύπταμε μόνοι μας, κάτι που φτιάχναμε μόνοι μας. Και αυτό ήταν πάρα πολύ όμορφο. Τώρα το συνειδητοποιώ που μεγάλωσα ακόμα πιο πολύ, και με συγκινεί.

- Ξέρεις, είναι ένα πολύ αισιόδοξο μήνυμα που δίνεις, γιατί συνήθως οι συνθήκες είναι πολύ διαφορετικές, δυστυχώς, και μας δίνεις ένα μήνυμα και κάποιες εικόνες όπου στην ουσία εκπαιδευτικοί, συμμαθητές και γονείς ήταν όλοι πολύ συμπεριληπτικοί ως νοοτροπία. Γιατί υποπτεύομαι ότι και οι γονείς των συμμαθητών σου είχαν αυτή τη νοοτροπία, έτσι δεν είναι;

- Ναι. Δηλαδή δεν ένιωσα ποτέ, εκτός από το ότι δεν ένιωσα ποτέ περίεργα βλέμματα από τα παιδιά, δεν ένιωσα και ποτέ φόβο. Γιατί κάποιος γονέας μπορεί, ή και το παιδί από μόνο του, μπορεί να φοβόταν να πλησιάσει ένα άλλο παιδί με αμαξίδιο, γιατί μπορεί να έκαναν κάποιο χειρισμό και να τραυματιζόμασταν, και εμείς και το άλλο παιδί. Αλλά δεν θυμάμαι ποτέ τέτοια περιστατικά να έχουν συμβεί.

- Δήμητρα, μίλησες για παραλλαγές στα παιχνίδια. Τι ακριβώς εννοούσες;

- Για παράδειγμα αυτό που θυμάμαι στο ποδόσφαιρο, γιατί ήθελα πραγματικά να συμμετέχω παντού, προσπαθούσαμε να δούμε τι μπορεί να με βολέψει για να παίξω κι εγώ ποδόσφαιρο. Να σπρώχνω την μπάλα με το χέρι μου, ή να είμαι τερματοφύλακας, ή να κάνω τα βασικά του διαιτητή. Γενικά ποτέ δεν έμεινα απ' έξω σε τίποτα. Ή στο κρυφτό μπορεί να βλέπαμε ότι εγώ ήθελα λίγο περισσότερο χρόνο. Ή στο κορόιδο ή σε άλλα τέτοια παιχνίδια που σε ακουμπάει ο άλλος και καίγεσαι, λέγαμε ότι δε θα ακουμπάμε τη Δήμητρα στο αμαξίδιο. Θα την ακουμπάμε μόνο στο χέρι ας πούμε, επειδή είχα μεγάλο όγκο, να μην είμαι σε πιο δυσμενή θέση από τους συμμαθητές μου.

- Τελικά λοιπόν, στην περίπτωση τη δική σου, σου έκανα την αρχική ερώτηση για το τι έκανε το βλέμμα των ανθρώπων να αλλάξει, δεν χρειάστηκε να γίνει κάτι. Νομίζω ότι ήρθε τελείως ομαλά από ότι καταλαβαίνω από την κουβέντα μας, έτσι δεν είναι; Δηλαδή σιγά σιγά η επανάληψη, η ρουτίνα, το ότι πήγαινες κάθε μέρα στον ίδιο χώρο, με τους ίδιους συμμαθητές, με τους ίδιους δασκάλους, με τους ίδιους γονείς των παιδιών, η επανάληψη έφερε και την εξοικείωση και το ότι αισθανθήκατε όλοι οικεία μεταξύ σας. Έτσι ώστε η διαφορετικότητα να μην αποτελεί εμπόδιο. Άρα όλοι κερδισμένοι βγήκατε από αυτή τη διαδικασία.

- Ναι, και όσον αφορά εμένα, στο δημοτικό μου δόθηκε και η ευκαιρία επειδή ήταν κατάλληλες οι συνθήκες γενικότερα γύρω μου, να αναπτύξω τις προσωπικές μου δεξιότητες και να ανακαλύψω τα προσωπικά μου ταλέντα, όπως είχαμε πει και σε ένα άλλο podcast, ας πούμε για το χορό. Από τη στιγμή που έβλεπα πώς μπορώ άνετα να συμμετέχω στα παιχνίδια, στα αθλήματα που κάναμε, έτσι σιγά σιγά άρχισα να κάνω και χορό με τους συμμαθητές μου.

- Άρα στην ουσία δεν υπήρξε πρόβλημα, υπήρχαν λύσεις.

- Ναι.

- Δεν υπήρχαν κλειστές πόρτες, παρά μόνο πόρτες που ανοίγουν, κι αυτό πρέπει να είναι στη ζωή κάθε παιδιού.

Δήμητρα μου σε ευχαριστώ πάρα πολύ που ήσουν κοντά μας σήμερα. Θα τα ξαναπούμε σύντομα.

- Και εγώ σας ευχαριστώ πάρα πολύ. Ήτανε θεωρώ μια πολύ ενδιαφέρουσα συζήτηση για όλους μας και ανυπομονώ να τα ξαναπούμε. Γεια σας!

Ανδρική Φωνή: Αναπηρία; Μην κολλάς σε στερεότυπα. Για να μάθουμε μαζί, σε έναν κόσμο για όλους.

Για να μη χάσετε κανένα επεισόδιο από τα podcast του Hop On Inclusion, ακολουθήστε μας στο Spotify, Google Podcast, Apple Podcast, Podbean, και φυσικά στο [hoponinclusion.com](http://hoponinclusion.com).

### Transcript

Male Voice: These are the [www.hoponinclusion.com](http://www.hoponinclusion.com) podcasts

Athena Kritikou: Hello, my name is Athena Kritikou, Founder and President of SKEP. Today I am hosting Dimitra Kontova, SKEP's Inclusion & Accessibility Consultant.

Male Voice: Disability? Don't stick to stereotypes.

We discuss without filters all the Whats, Hows and Whys that trouble us.

Athena Kritikou: Dimitra, good morning. Thank you so much for being with us today.

Dimitra Kontova: Good morning! I, too, thank you very much for the invitation. It is my great pleasure to be with you.

- I wanted to ask you the following: in childhood you acquired a motor disability after a car accident. I'd like you to take us back in time and tell us about your school years. Which educational system did you follow, what were the main difficulties you faced? How was the accessibility of the school facilities? The look of your classmates, teachers, other parents? And what made people's gaze change?

- Well, yes, I have been living with a mobility disability since childhood, so when I had to go to elementary school, I was in a wheelchair. First, let me say, I went to a general education school. It was around, if I remember correctly, the year '97-'98 when there was no, or almost no, infrastructure in Greece, let alone in Lamia, a provincial town where I grew up. In addition to the lack of infrastructure, there was no relevant information. The state's suggestion to my family environment was for me to go to a special school, but luckily for me, my family insisted that I go to a general school; but the building was not accessible. For the first few months I entered through the back door, which had fewer steps than the front, and I only used one classroom and I had no access to the courtyard.

- I am sorry to interrupt you, but what did you do during the break? Did you stay inside the classroom?

- Yes, I stayed inside the classroom and watched my classmates play from the window. Of course, because we were all the same age, we all had the same anxiety and the same curiosity about where we are now, we were all "first timers".

- So.

- So, there were no strange looks from my classmates. We all had the same curiosity about each other. After the first week, almost the first month, more and more kids would sit with me during recess, in the classroom to hang out with me.

- This is amazing, it's rare. I don't know if the same behavior would happen in Athens right now.

- For me it was a given then. And because after that, I also experienced this inclusion in high school, and in general I experienced it in the society of Lamia, for me then it was self-evident. However, later on coming to Athens to study, I realized that things were different. But let me go back to primary school to say that my teachers slowly understood and conveyed to those in charge that there was a need for inclusion, there was a need to create ramps so that I could also participate with the rest of the children to play in the yard, at recess. So, little by little, ramps were installed, and I also participated normally with my classmates during the breaks.

- How long after you went to school did they put in the ramps? Was the first year spent in the classroom or did it happen during the year? I don't even know if you remember this, actually.

- I don't remember it very well, no, but I definitely remember that from the second and third grades, when we were older children and wanted to play, let's say, volleyball and ball games, I also participated normally. That is, as my classmates were learning to play volleyball, so was I. So we found ways through playing to make our own variations on the games so I could play as well. It was something we discovered by ourselves. And that was very beautiful. Now that I am an adult, I remember this and it really moves me.

- You know, it's a very optimistic message that you convey to us. Usually the conditions elsewhere are very different, unfortunately, but you share with us a message and images where teachers, classmates and parents were all very inclusive. Because I suspect your classmates' parents had that mentality too, didn't they?

- Yes. Not only did I not get strange looks from the kids, I also never felt fear. You know, a parent or a child himself might have been afraid to approach another child in a wheelchair, because they were afraid that through the wrong handling of me and/or the wheelchair someone would get injured, either me or the other child. But honestly, I don't remember such incidents ever happening.

- Dimitra, you talked about game variations. What exactly do you mean?

- For example, I remember wanting to play football... actually I really wanted to participate in everything, so we were trying to see what would be best for me in football. Could I push the ball with my hand, or be the goalkeeper, or be the referee? Generally, I was never left out of anything. In Hide-and-Seek, obviously I needed a little more time. Or in other games that required the other person to touch you and you get "burned", they used to say that we will not touch Dimitra in the wheelchair. They will only touch me on the hand, because me and my wheelchair had a larger mass. Therefore, I would not be in a more disadvantaged position than my classmates.

- I asked you the initial question about what made people's gaze change. In your case, nothing had to be done. I think it went quite smoothly from what I understand from our conversation, didn't it? That is, little by little, the repetition, the routine, the fact that you went to the same place every day, with the same classmates, with the same teachers, with the same parents of the children... this repetition brought familiarity and you all felt very comfortable with each other. So, diversity was not an obstacle. You all came out of this process as winners.

- Yes, and as far as I'm concerned, in elementary school I was given the opportunity to develop my personal skills and discover my personal talents, because the conditions around me were suitable in general. As we discussed in another podcast, for example, about my dancing. From the moment I understood how comfortably I could participate in games and sports, I gradually started dancing with my classmates.

- So in essence there were no problems, there were only solutions.

- Yes.

- There were no closed doors, only doors that opened, as it should be in any child's life.

- My dear Dimitra, thank you very much for being with us today. We'll talk again soon.

- Thank you very much too. I think it was a very interesting conversation for all of us, and I look forward to meeting you again.

Male Voice: Disability? Don't stick to stereotypes. So we can learn to live together in a world for all!

To never miss an episode of the Hop On Inclusion podcasts, follow us on Spotify, Google Podcasts, Apple Podcasts, Podbean, and of course [hopeninclusion.com](http://hopeninclusion.com).