

«Η επίδραση του masking και των έμφυλων πιέσεων στην αναγνώριση άγχους και κατάθλιψης στα αυτιστικά κορίτσια σχολικής ηλικίας »

ΑΠΟ ΤΗΝ
ΜΑΡΙΑ ΔΕΓΑΪΤΗ

Μεταπτυχιακή Εργασία στο Πρόγραμμα
Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης
Για απόκτηση μεταπτυχιακού διπλώματος (Master)

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΓΩΓΗΣ

Φεβρουάριος, 2026

Κωδικός ADU8ts20ZQTrqRyD3TIgpg

Επιβεβαιώνεται το γνήσιο. Υπουργείο
Ψηφιακής Διακυβέρνησης / Verified by the Ministry
of Digital Governance, Hellenic Republic
20251101123259+02'00'



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ



**Υπεύθυνη Δήλωση
(άρθρο 8 Ν.1599/1986)**

Η ακρίβεια των στοιχείων που υποβάλλονται με αυτή τη δήλωση μπορεί να ελεγχθεί με βάση το αρχείο άλλων υπηρεσιών (άρθρο 8 παρ. 4 Ν. 1599/1986).

Προς ⁽¹⁾ :	Πανεπιστήμιο Λευκωσίας						
Όνομα:	ΜΑΡΙΑ	Επώνυμο:	ΔΕΓΑΙΤΗ				
Όνομα και Επώνυμο Πατέρα:	ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΔΕΓΑΙΤΗΣ						
Όνομα και Επώνυμο Μητέρας:	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΜΕΝΤΗ						
Ημερομηνία γέννησης:	30/10/2001						
Τόπος Γέννησης:	ΔΗΜΟΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΝΟΜΑΡΧΙΑ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ						
Αριθμός Δελτίου Ταυτότητας:	ΑΜ144570	Τηλ:	+306970276339				
Τόπος Κατοικίας:	ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	Οδός:	ΘΕΟΜΗΤΟΡΟ Σ	Αριθ:	62	ΤΚ:	17342
ΑΦΜ:	171234462	Δ/ση Ηλεκτρ. Ταχυδρομείου (E-mail):	Mardega2001@gmail.com				

Με ατομική μου ευθύνη και γνωρίζοντας τις κυρώσεις⁽²⁾ που προβλέπονται από τις διατάξεις της παρ. 6 του άρθρου 22 του Ν. 1599/1986, δηλώνω ότι:

Η Μαρία Δεγαίτη, γνωρίζοντας τις συνέπειες της λογοκλοπής, δηλώνω υπεύθυνα ότι η παρούσα εργασία με τίτλο «MASKING, ΦΥΛΟ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΙΕΣΗ: Η ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΟΥΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΑΓΧΟΥΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΣΤΑ ΑΥΤΙΣΤΙΚΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ» αποτελεί προϊόν αυστηρά προσωπικής εργασίας και όλες οι πηγές που έχω χρησιμοποιήσει έχουν δηλωθεί κατάλληλα στις βιβλιογραφικές παραπομπές και αναφορές. Τα σημεία όπου έχω χρησιμοποιήσει ιδέες, κείμενο ή / και πηγές άλλων συγγραφέων, αναφέρονται ευδιάκριτα στο κείμενο με την κατάλληλη παραπομπή και η σχετική αναφορά περιλαμβάνεται στο τμήμα των βιβλιογραφικών αναφορών με πλήρη περιγραφή.

01/11/2025

Ο - Η Δηλ.

ΜΑΡΙΑ ΔΕΓΑΙΤΗ

(1) Αναγράφεται από τον ενδιαφερόμενο πολίτη η αρχή ή η υπηρεσία του δημόσιου τομέα όπου απευθύνεται η αίτηση.

(2) Γνωρίζω ότι: Όποιος εν γνώσει του δηλώνει ψευδή γεγονότα ή αρνείται ή αποκρύπτει τα αληθινά με έγγραφη υπεύθυνη δήλωση του άρθρου 8 τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον τριών μηνών. Εάν ο υπαίτιος αυτών των πράξεων σκόπευε να προσπορίσει στον εαυτόν του ή σε άλλον περιουσιακό όφελος βλάπτοντας τρίτον ή σκόπευε να βλάψει άλλον, τιμωρείται με κάθειρξη μέχρι 10 ετών.

Η επίδραση του masking και των έμφυλων πιέσεων στην αναγνώριση άγχους και κατάθλιψης στα αυτιστικά κορίτσια σχολικής ηλικίας

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα μεταπτυχιακή εργασία εξετάζει το φαινόμενο του masking (κοινωνικού καμουφλαρίσματος) στα αυτιστικά κορίτσια σχολικής ηλικίας και τη σχέση του με τις έμφυλες κοινωνικές πιέσεις, καθώς και τις επιπτώσεις του στην αναγνώριση συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης. Παρότι η έρευνα γύρω από τον αυτισμό έχει αναπτυχθεί σημαντικά τα τελευταία χρόνια, οι έμφυλες διαστάσεις του φαινομένου παραμένουν υποεκπροσωπημένες, οδηγώντας συχνά σε καθυστερημένη ή ελλιπή διάγνωση των κοριτσιών στο φάσμα του αυτισμού.

Η εργασία υιοθετεί τη μεθοδολογική προσέγγιση της κριτικής βιβλιογραφικής επισκόπησης, με στόχο τη σύνθεση και την ερμηνευτική ανάλυση της διεθνούς βιβλιογραφίας σχετικά με το masking, το φύλο και την ψυχική υγεία. Η ανάλυση βασίζεται σε διεπιστημονικό θεωρητικό πλαίσιο, το οποίο περιλαμβάνει φεμινιστικές και κοινωνικοπολιτισμικές προσεγγίσεις του φύλου, το κοινωνικό μοντέλο της αναπηρίας, τη θεωρία της νευροδιαφορετικότητας και τη Θεωρία του Νου.

Τα ευρήματα της βιβλιογραφίας αναδεικνύουν ότι το masking λειτουργεί συχνά ως στρατηγική κοινωνικής προσαρμογής υπό την πίεση έμφυλων προσδοκιών, συμβάλλοντας στη μείωση της ορατότητας των αυτιστικών χαρακτηριστικών. Ωστόσο, η παρατεταμένη χρήση του συνδέεται με αυξημένη ψυχική επιβάρυνση, εσωτερίκευση του άγχους, καταθλιπτική συμπτωματολογία, αποδυνάμωση της αίσθησης ταυτότητας και φαινόμενα autistic burnout. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο σχολικό πλαίσιο, όπου η φαινομενική προσαρμογή των κοριτσιών οδηγεί συχνά στην υποεκτίμηση των πραγματικών τους αναγκών.

Η εργασία καταλήγει στην ανάγκη ενίσχυσης της ευαισθητοποίησης των εκπαιδευτικών και των επαγγελματιών ψυχικής υγείας ως προς τις έμφυλες διαστάσεις του αυτισμού, καθώς και στη δημιουργία συμπεριληπτικών σχολικών και κοινωνικών περιβαλλόντων που μειώνουν την ανάγκη για masking και προάγουν την ψυχική ευημερία των αυτιστικών κοριτσιών.

ΛΕΞΕΙΣ-ΚΛΕΙΔΙΑ

Αυτισμός, αυτιστικά κορίτσια, masking, κοινωνικό καμουφλάρισμα, φύλο, έμφυλες πιέσεις, άγχος, κατάθλιψη, ψυχική υγεία, σχολική ηλικία

The Impact of Masking and Gendered Pressures on the Recognition of Anxiety and Depression in Autistic School-Age Girls

ABSTRACT

This master's thesis explores the phenomenon of masking (social camouflaging) in autistic school-age girls and its relationship with gendered social pressures, focusing on its impact on the recognition of anxiety and depression. Although autism research has expanded considerably in recent years, gender-related dimensions remain underexplored, often resulting in delayed or missed diagnoses among girls on the autism spectrum.

The study adopts a critical literature review methodology, aiming to synthesize and interpret international research on masking, gender, and mental health. The analysis is grounded in an interdisciplinary theoretical framework that draws on feminist and sociocultural approaches to gender, the social model of disability, neurodiversity theory, and Theory of Mind.

The findings indicate that masking frequently functions as a strategy of social adaptation shaped by gendered expectations, contributing to the reduced visibility of autistic traits in girls. However, prolonged engagement in masking is consistently associated with increased psychological distress, internalized anxiety, depressive symptoms, identity disruption, and experiences of autistic burnout. Particular emphasis is placed on the school context, where girls' apparent adjustment often leads to the underrecognition of their educational and psychosocial needs.

The thesis concludes by emphasizing the need to increase awareness among educators and mental health professionals regarding the gendered dimensions of autism, as well as the importance of inclusive educational and social environments that reduce the need for masking and promote the mental well-being of autistic girls.

KEYWORDS

Autism, autistic girls, masking, social camouflaging, gender, gendered pressures, anxiety, depression, mental health, school age

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. ΘΕΜΑ.....	6
1.1. Παρουσίαση του Θέματος.....	6
1.2. Σημασία του Θέματος.....	7
1.3. Σκοπός της Μελέτης.....	8
1.4. Στόχοι της Μελέτης.....	9
2. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ.....	9
2.1. Κριτήρια συμπερίληψης και αποκλεισμού.....	9
2.2. Διαδικασία εντοπισμού και επιλογής μελετών (PRISMA).....	12
3. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ.....	14
3.1. Masking στον Αυτισμό.....	14
3.2. Φεμινιστική και Κοινωνικοπολιτισμική Προσέγγιση του Φύλου στο Masking.....	15
3.3. Κοινωνικό Μοντέλο της Αναπηρίας και ο Αυτισμός.....	17
3.4. Η Θεωρία της Νευροδιαφορετικότητας.....	19
3.5. Η Θεωρία του Νου.....	19
3.6. Ψυχοκοινωνικές Επιπτώσεις του Masking.....	20
3.7. Ψυχική Υγεία και Συννοσηρότητα.....	21
3.8. Ταυτότητα, Αυθεντικότητα και Αποπροσωποποίηση.....	22
3.9. Autistic Burnout.....	23
3.10. Ανθεκτικότητα και Αυτοαποδοχή.....	23
4. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	24
5. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	43
6. ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	48
6.1. Η Ανάγκη για Συμπεριληπτικά Περιβάλλοντα.....	48
6.2. Περιορισμοί της Βιβλιογραφίας.....	49
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	49

1. ΘΕΜΑ

1.1. Παρουσίαση του Θέματος

Τα τελευταία χρόνια, η έρευνα γύρω από τον αυτισμό έχει παρουσιάσει σημαντική άνοδο, ωστόσο οι έμφυλες διαστάσεις του φαινομένου δεν έχουν διερευνηθεί διεξοδικά. Ιδιαίτερα, τα κορίτσια σχολικής ηλικίας που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού συνεχίζουν να υποεκπροσωπούνται στις διαγνωστικές και ερευνητικές διαδικασίες, γεγονός που οδηγεί σε σημαντική υποδιάγνωση και αορατότητα. Ένας από τους καθοριστικούς παράγοντες που συμβάλλουν σε αυτό το φαινόμενο είναι «το masking, δηλαδή η συνειδητή ή ασυνείδητη προσπάθεια των αυτιστικών ατόμων και ιδιαίτερα των κοριτσιών να αποκρύψουν ή να προσαρμόσουν τα αυτιστικά τους χαρακτηριστικά, με στόχο την κοινωνική αποδοχή» (Hull, Petrides, & Mandy, 2017).

Η πρακτική του masking μπορεί να κατανοηθεί ως ένας σύνθετος ψυχοκοινωνικός μηχανισμός διαπραγμάτευσης της αυτιστικής διαφοράς, ο οποίος διαμορφώνεται μέσα σε συγκεκριμένα κοινωνικά και πολιτισμικά πλαίσια κανονικότητας. Όπως υποστηρίζουν οι Davidson και Orsini (2013), οι εμπειρίες του αυτισμού συγκροτούνται μέσα από σχέσεις εξουσίας, κοινωνικές νόρμες και κυρίαρχες αντιλήψεις περί «κανονικής» συμπεριφοράς, οι οποίες συχνά ασκούν πίεση για συμμόρφωση και απόκρυψη της νευροδιαφορετικότητας. «Παρά τα πλεονεκτήματα του camouflaging, η βιβλιογραφία δείχνει ότι, για τους περισσότερους ανθρώπους, τα οφέλη αυτά υπερτερούνται από το κόστος. Το camouflaging περιγράφεται συχνά ως εξαντλητικό και στρεσογόνο και τα αυτιστικά άτομα συνδέουν συστηματικά το camouflaging με εμπειρίες άγχους και κατάθλιψης. Επιπλέον, η συστηματική πρακτική του να προσποιείται κανείς ότι δεν είναι αυτιστικός μπορεί να διαβρώσει την αίσθηση ταυτότητας του ατόμου.» (Mandy, 2019).

Οι παραπάνω ψυχοκοινωνικές διεργασίες αποκτούν ιδιαίτερη σημασία στο σχολικό πλαίσιο, καθώς εντείνουν περαιτέρω τη δυσκολία αναγνώρισης και συμπερίληψης των κοριτσιών με αυτισμό. Στο σχολικό πλαίσιο, «τα κορίτσια με αυτισμό που εφαρμόζουν *masking* συχνά εμφανίζονται ως προσαρμοσμένες ή ήσυχες μαθήτριες, με αποτέλεσμα οι πραγματικές τους ανάγκες να παραμένουν απαρατήρητες» (Cook, Ogden, & Sutton, 2021). «Οι έμφυλα διαφοροποιημένες κοινωνικές συμπεριφορές των κοριτσιών με αυτισμό μπορεί να οδηγήσουν τους εκπαιδευτικούς στο να μην αναγνωρίζουν εγκαίρως τις κοινωνικές τους δυσκολίες, διαιωνίζοντας μια ανδρική μεροληψία στην ανίχνευση της ΔΑΦ» (Dean, Harwood, & Kasari, 2017).

Σε κοινωνικό επίπεδο, το *masking* αντικατοπτρίζει τις πολιτισμικές και κοινωνικές πιέσεις που βιώνουν τα άτομα με αυτισμό. Ειδικότερα, λειτουργεί ως μηχανισμός συμμόρφωσης με τις κυρίαρχες προσδοκίες κανονικότητας και κοινωνικής αποδοχής. Η διεθνής βιβλιογραφία αναδεικνύει ότι η περιορισμένη κατανόηση των ιδιαίτερων αναγκών των κοριτσιών στο φάσμα του

αυτισμού, σε συνδυασμό με την ανεπαρκή ψυχοκοινωνική και εκπαιδευτική υποστήριξη, συνδέεται με αυξημένη ψυχική επιβάρυνση, εσωτερίκευση των δυσκολιών, αρνητική αυτοαντίληψη και εμπειρίες κοινωνικής περιθωριοποίησης (Cook et al., 2017; Grzeszak & Pisula, 2025). «Το masking έκανε τους συμμετέχοντες να αισθάνονται αποσυνδεδεμένοι από τον αυθεντικό τους εαυτό και είχε αρνητική επίδραση πάνω τους» (Miller et al., 2021). Η μελέτη του masking στα κορίτσια με αυτισμό αναδεικνύεται, επομένως, κρίσιμη τόσο για την κατανόηση των έμφυλων ανισοτήτων στη διάγνωση όσο και για τον σχεδιασμό συμπεριληπτικών εκπαιδευτικών πρακτικών.

1.2. Σημασία του Θέματος

Η παρούσα μελέτη έχει ως στόχο τη διερεύνηση του φαινομένου του masking στα αυτιστικά κορίτσια, σχολικής ηλικίας. Το γεγονός ότι το φαινόμενο του masking στα αυτιστικά κορίτσια σχολικής ηλικίας παραμένει υποεκπροσωπημένο στη διεθνή βιβλιογραφία προσδίδει στην παρούσα μελέτη σημαντική επιστημονική αξία. Η πλειονότητα των ερευνών για τον αυτισμό βασίζεται σε ανδρικά πρότυπα, με αποτέλεσμα η γυναικεία εμπειρία να παραμένει συχνά αόρατη. «Η διερεύνηση των κοινωνικών και έμφυλων διαστάσεων του *camouflaging* συμβάλλει στην κατανόηση του πώς τα κοινωνικά στερεότυπα και οι προσδοκίες επηρεάζουν τη διάγνωση και την αναγνώριση ψυχικών δυσκολιών, όπως το άγχος και η κατάθλιψη» (Hull, Petrides, & Mandy, 2017). Επιπλέον, η παρούσα εργασία εμπλουτίζει τη θεωρητική γνώση υιοθετώντας μια διαθεματική οπτική που συνδυάζει την ειδική αγωγή, την ψυχολογία και την κοινωνιολογία, σε συνάφεια με το πλαίσιο των *critical autism studies* που προτείνουν οι Davidson και Orsini (2013). Μέσα από αυτή την προσέγγιση, η μελέτη συμβάλλει στην ανάδειξη νέων ερευνητικών κατευθύνσεων για την κατανόηση της ψυχικής υγείας των αυτιστικών κοριτσιών. Η επιστημονική της συμβολή έγκειται στην ολιστική κατανόηση του φαινομένου, μέσω της συστηματικής κριτικής επισκόπησης των παραγόντων που καθιστούν τη διάγνωση δυσχερή.

Η ιδιαίτερη σημασία της έρευνας στο εκπαιδευτικό επίπεδο έγκειται στο γεγονός ότι το φαινόμενο της στρατηγικής προσαρμογής επηρεάζει καθοριστικά την εκπαιδευτική εμπειρία των αυτιστικών κοριτσιών. Πολλές μαθήτριες που υιοθετούν πρακτικές απόκρυψης των αυτιστικών χαρακτηριστικών τους (*masking*) φαίνεται να εμφανίζουν επιφανειακή προσαρμογή στο σχολικό περιβάλλον, γεγονός που συχνά οδηγεί σε παρανόηση ή υποεκτίμηση των πραγματικών τους εκπαιδευτικών και ψυχοκοινωνικών αναγκών (Cook, Ogden & Winstone, 2017). «Οι εκπαιδευτικοί ενδέχεται να μην αναγνωρίζουν τις κοινωνικές δυσκολίες των κοριτσιών με αυτισμό, καθώς οι έμφυλα διαμορφωμένες κοινωνικές συμπεριφορές τους μπορούν να καμουφλάρουν τα χαρακτηριστικά της ΔΑΦ, ενισχύοντας μια ανδρική μεροληψία στην αναγνώριση» (Dean, Harwood, & Kasari, 2017). Μέσω της κριτικής επισκόπησης η παρούσα μελέτη θα είναι σε θέση να προτείνει την ενίσχυση της επαγγελματικής κατάρτισης και τη δημιουργία εκπαιδευτικών

πολιτικών που να προάγουν τη συμπερίληψη και την ψυχοκοινωνική ευημερία. Παράλληλα, συμβάλλει στην ανάπτυξη ευαίσθητων εκπαιδευτικών εργαλείων και στρατηγικών που θα υποστηρίζουν την έγκαιρη αναγνώριση ψυχικής επιβάρυνσης, προωθώντας μια περισσότερο προσαρμοσμένη εκπαιδευτική πρακτική.

Η έρευνα διαθέτει σημαντική κοινωνική αξία, καθώς φωτίζει τον ρόλο της κοινωνικής πίεσης και των έμφυλων προσδοκιών στη διαμόρφωση τόσο της ταυτότητας όσο και της ψυχικής υγείας των αυτιστικών κοριτσιών. Το masking συνιστά στρατηγική κοινωνικής προσαρμογής, η οποία μπορεί να διευκολύνει την προσωρινή κοινωνική ένταξη, αλλά συχνά συνοδεύεται από σημαντική συναισθηματική φθορά, όπως εξάντληση, άγχος και καταθλιπτικά συμπτώματα (Tierney, Burns, & Kilbey, 2016; Mandy, 2019). Η μελέτη συμβάλλει ενεργά στην κοινωνική ευαισθητοποίηση απέναντι στην αναπηρία και τη διαφορετικότητα, προωθώντας την ανάγκη για ενσυναίσθηση, αποδοχή και σεβασμό της ατομικότητας. Επιπλέον, ενισχύει τη συζήτηση γύρω από την ισότητα των φύλων και τη συμπεριληπτική αντιμετώπιση των ατόμων με αυτισμό σε όλα τα κοινωνικά περιβάλλοντα. Μέσα από τη διαθεματική της προοπτική, η παρούσα εργασία επιδιώκει να συμβάλει μελλοντικά στη διαμόρφωση μιας ισότιμης κοινωνίας που αναγνωρίζει, κατανοεί και στηρίζει την ψυχική και συναισθηματική ευημερία των αυτιστικών κοριτσιών.

1.3. Σκοπός της Μελέτης

Ο σκοπός της παρούσας κριτικής επισκόπησης είναι η εις βάθος διερεύνηση και σύνθεση της υφιστάμενης βιβλιογραφίας σχετικά με το φαινόμενο του masking, δηλαδή της κάλυψης ή απόκρυψης αυτιστικών χαρακτηριστικών, στα αυτιστικά κορίτσια σχολικής ηλικίας, σε συνάρτηση με το φύλο, την κοινωνική πίεση και την ψυχική υγεία. Η μελέτη αποσκοπεί στην ανάδειξη των μηχανισμών μέσω των οποίων τα κοινωνικά στερεότυπα φύλου και οι πολιτισμικές προσδοκίες συμβάλλουν στη διαμόρφωση αόρατων μορφών ψυχικής επιβάρυνσης, στην καθυστερημένη διάγνωση και στη δυσκολία αναγνώρισης συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης.

Μέσω της μεθοδολογικής προσέγγισης της κριτικής επισκόπησης της βιβλιογραφίας, η εργασία στοχεύει στη σύνθεση, αξιολόγηση και ερμηνεία των υφιστάμενων ερευνητικών δεδομένων, προκειμένου να εντοπιστούν θεωρητικά και πρακτικά κενά, να αναδειχθούν κυρίαρχες τάσεις και αντιφάσεις στη διεθνή βιβλιογραφία και να προταθούν νέες κατευθύνσεις για μελλοντική έρευνα και εκπαιδευτική ή κοινωνική εφαρμογή.

Παράλληλα, η διεπιστημονική φύση της μελέτης επιτρέπει τη σύνθεση προσεγγίσεων από την ειδική αγωγή, την ψυχολογία και την κοινωνιολογία, με στόχο τη διαμόρφωση ενός ενιαίου ερμηνευτικού πλαισίου. Το πλαίσιο αυτό φιλοδοξεί να συμβάλει στην κατανόηση της επίδρασης των κοινωνικών και έμφυλων παραγόντων στην ψυχική υγεία των αυτιστικών κοριτσιών σχολικής

ηλικίας, ενισχύοντας την έγκαιρη αναγνώριση των δυσκολιών, την ψυχοκοινωνική ευημερία και τη διαμόρφωση συμπεριληπτικών εκπαιδευτικών και κοινωνικών πολιτικών.

1.4. Στόχοι της Μελέτης

Η παρούσα εργασία στοχεύει στην πολυδιάστατη κατανόηση του φαινομένου του *masking* στα αυτιστικά κορίτσια, μέσα από την ανάλυση και την κριτική αποτίμηση της υφιστάμενης διεθνούς βιβλιογραφίας. Οι ειδικότεροι στόχοι της μελέτης είναι:

1. Να διερευνηθεί το *masking* ως μηχανισμός κοινωνικής προσαρμογής στα κορίτσια στο φάσμα του αυτισμού.
2. Να αναλυθεί ο ρόλος του φύλου και της κοινωνικής πίεσης στη διαμόρφωση και στην έκφραση του *masking*.
3. Να εξεταστούν οι συσχετίσεις μεταξύ *masking* και ψυχικής υγείας, με έμφαση στα συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης.
4. Να εντοπιστούν τα θεωρητικά και ερευνητικά κενά στη σχετική βιβλιογραφία.
5. Να αναδειχθούν οι εκπαιδευτικές και κοινωνικές προεκτάσεις του φαινομένου στο πλαίσιο της σχολικής ένταξης και της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.
6. Να προταθούν κατευθύνσεις για συμπεριληπτικές εκπαιδευτικές και κοινωνικές πρακτικές και πολιτικές που υποστηρίζουν τα αυτιστικά κορίτσια.

2. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

2.1. Κριτήρια συμπερίληψης και αποκλεισμού

Στο πλαίσιο της παρούσας ερευνητικής εργασίας διαμορφώνονται τα ακόλουθα ερευνητικά ερωτήματα, με στόχο τη συστηματική διερεύνηση των θεωρητικών και εμπειρικών δεδομένων που σχετίζονται με τη θεματική του *masking*, του φύλου και της κοινωνικής πίεσης στα αυτιστικά κορίτσια:

1. Πώς επηρεάζει η πρακτική του *masking* την αναγνώριση και τον έγκαιρο εντοπισμό συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης στα αυτιστικά κορίτσια;
2. Ποιος είναι ο ρόλος των κοινωνικών προσδοκιών, της κοινωνικής πίεσης και του κοινωνικού φύλου στη χρήση του *masking*;

3. Υπάρχουν αποκλίσεις στην ψυχική υγεία των αυτιστικών κοριτσιών που εφαρμόζουν masking σε σύγκριση με εκείνα που δεν το εφαρμόζουν;
4. Πώς μπορεί η κατανόηση του masking να βελτιώσει την εκπαιδευτική και κοινωνική στήριξη για αυτιστικά κορίτσια;

Η παρούσα εργασία υιοθετεί τη μεθοδολογική προσέγγιση της κριτικής επισκόπησης της βιβλιογραφίας, καθώς αυτή θεωρείται ιδιαίτερα κατάλληλη για τη μελέτη πολύπλοκων και κοινωνικά διαμεσολαβημένων φαινομένων, όπως είναι το masking στα αυτιστικά κορίτσια. Σύμφωνα με τους Grant και Booth (2009), η κριτική επισκόπηση δεν περιορίζεται στη συνοπτική παράθεση ερευνητικών ευρημάτων, αλλά στοχεύει στην ερμηνευτική, συγκριτική και αξιολογική ανάλυση της υπάρχουσας γνώσης. Σε αντίθεση με ανασκοπήσεις που έχουν κυρίως συγκεντρωτικό (aggregative) προσανατολισμό, οι κριτικές και ερμηνευτικές μορφές ανασκόπησης επιτρέπουν τη διερεύνηση θεωρητικών σχέσεων και την ανάπτυξη νέων εννοιολογικών πλαισίων. Τέτοιες προσεγγίσεις είναι ιδιαίτερα κατάλληλες σε πεδία όπου τα υπό μελέτη φαινόμενα είναι πολύπλοκα και κοινωνικά κατασκευασμένα, όπως στη σχέση φύλου, αυτισμού και ψυχικής υγείας (Booth, Sutton, & Papaioannou, 2016). Σε αντίθεση με τη συστηματική ανασκόπηση, η οποία δίνει έμφαση στη μεθοδολογική αυστηρότητα και στη στατιστική ανάλυση, «η κριτική ανασκόπηση επιτρέπει μεγαλύτερη ευελιξία και εστιάζει στη θεωρητική σύνθεση, γεγονός που την καθιστά ιδανική για την ανάπτυξη ενός διεπιστημονικού ερμηνευτικού πλαισίου» (Grant & Booth, 2009). Μέσα από αυτή την προσέγγιση, η παρούσα μελέτη επιχειρεί να αναδείξει τη σύνδεση ανάμεσα στο masking, το φύλο και την ψυχική υγεία, συνδυάζοντας δεδομένα και θεωρίες από τα πεδία της ειδικής αγωγής, της ψυχολογίας και της κοινωνιολογίας.

Η αναζήτηση και επιλογή των βιβλιογραφικών πηγών πραγματοποιήθηκε με τη χρήση διαδικτυακών ακαδημαϊκών εργαλείων, όπως το Google Scholar, το ResearchGate, SAGE Journals, η ψηφιακή βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου Λευκωσίας κ.λπ. Επιπλέον, αξιοποιήθηκαν επιστημονικά άρθρα, κεφάλαια συλλογικών τόμων, διδακτορικές διατριβές και βιβλία από αναγνωρισμένους εκδοτικούς οίκους. Οι πηγές επιλέχθηκαν βάσει θεματικής συνάφειας, επιστημονικής εγκυρότητας και επικαιρότητας, δίνοντας προτεραιότητα σε δημοσιεύσεις της περιόδου 2010–2025. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε σε μελέτες που διερευνούν τη σχέση του masking με το φύλο, την κοινωνική πίεση, την εκπαιδευτική εμπειρία και τις ψυχικές δυσκολίες, όπως το άγχος και η κατάθλιψη. Η επιλογή των πηγών στηρίχθηκε επίσης στην κριτική αξιολόγηση της μεθοδολογικής τους ποιότητας και της θεωρητικής τους συμβολής στο υπό εξέταση φαινόμενο. Πηγές που περιορίζονταν αποκλειστικά σε βιοϊατρικές ή νευροβιολογικές ερμηνείες χωρίς κοινωνική διάσταση, καθώς και δημοσιεύσεις χωρίς επιστημονική τεκμηρίωση, αποκλείστηκαν.

Η παρούσα μελέτη υιοθετεί κριτική επισκόπηση της βιβλιογραφίας, με ανάλυση και σύνθεση των πηγών βάσει αρχών θεματικής ανάλυσης και ποιοτικής σύνθεσης, ακολουθώντας ερμηνευτική λογική (Booth, Sutton & Papaioannou, 2016). Αρχικά πραγματοποιήθηκε αποδελτίωση και εννοιολογική κατηγοριοποίηση των πηγών, προκειμένου να εντοπιστούν οι κεντρικές θεματικές και οι υποενότητες που σχετίζονται με το αντικείμενο της έρευνας. Στη συνέχεια, τα δεδομένα ομαδοποιήθηκαν γύρω από τέσσερις βασικούς άξονες: τις θεωρητικές προσεγγίσεις του masking, τις έμφυλες και κοινωνικές διαστάσεις του φαινομένου, τις ψυχικές επιπτώσεις (όπως άγχος, κατάθλιψη και συναισθηματική εξάντληση) και τις εκπαιδευτικές και κοινωνικές προεκτάσεις. Κατόπιν πραγματοποιήθηκε συγκριτική ανάλυση των πορισμάτων, με στόχο την ανάδειξη κοινών θεματικών, αντιφάσεων και θεωρητικών κενών. Η ερμηνευτική σύνθεση των δεδομένων επέτρεψε τη διαμόρφωση ενός ενιαίου θεωρητικού πλαισίου, που συνδέει τις κοινωνικές και πολιτισμικές παραμέτρους του φύλου με την ψυχική υγεία των αυτιστικών κοριτσιών.

2.1. Κριτήρια Συμπερίληψης και Αποκλεισμού

Για τη συγκρότηση του τελικού σώματος των πηγών εφαρμόστηκαν σαφώς καθορισμένα κριτήρια συμπερίληψης και αποκλεισμού, σύμφωνα με τις κατευθυντήριες οδηγίες PRISMA 2020. Η επιλογή των μελετών βασίστηκε στην αναγκαιότητα εντοπισμού επιστημονικά τεκμηριωμένων και θεματικά συναφών δημοσιεύσεων, οι οποίες να συμβάλλουν ουσιαστικά στη διερεύνηση του γυναικείου αυτιστικού φαινοτύπου και του φαινομένου της κοινωνικής κάλυψης (masking/camouflaging). Στη κριτική βιβλιογραφική επισκόπηση συμπεριλήφθηκαν αγγλόφωνες πηγές.

Στη διαδικασία συμπερίληψης εντάχθηκαν εμπειρικές ποσοτικές και ποιοτικές μελέτες, συστηματικές και αφηγηματικές ανασκοπήσεις, θεωρητικά άρθρα, ακαδημαϊκά βιβλία και επιλεγμένη grey literature, υπό την προϋπόθεση ότι παρείχαν επιστημονικά τεκμηριωμένα δεδομένα και συνέβαλαν στην κατανόηση του υπό εξέταση φαινομένου. Πιο συγκεκριμένα, χρησιμοποιήθηκαν οι εξής λέξεις-κλειδιά :

- Autism Spectrum Disorder (ASD),
- Autistic girls / Autistic women ,
- Gender differences in autism Female autism phenotype,
- Masking in autism Social camouflaging autism, Autistic camouflaging strategies,
- Autism masking female,
- Autism and anxiety, Autism and depression Mental health comorbidities autism,

- Gender stereotypes autism Social expectations autistic girls,
- Diagnostic overshadowing autism, Misdiagnosis autism girls,
- Diagnostic tools autism gender bias,
- Educational inclusion autism girls,
- Social model of disability autism, Neurodiversity and gender,
- Stigma autism girls Intersectionality autism and gender

Η αναζήτηση των βιβλιογραφικών πηγών, για την κριτική βιβλιογραφική επισκόπηση, πραγματοποιήθηκε στις 10/10/2025 και έλαβε τέλος στις 21/10/2025. Η διαδικασία αρχικού ελέγχου (screening), αξιολόγησης πλήρους κειμένου και τελικής επιλογής των μελετών ολοκληρώθηκε στις 11/12/2025.

Η θεματική συνάφεια αφορούσε μελέτες που εξετάζουν τον αυτισμό σε κορίτσια, γυναίκες ή ευρύτερες θηλυκές έμφυλες εκφράσεις, το γυναικείο αυτιστικό προφίλ, τις μορφές και λειτουργίες του masking, τις επιπτώσεις του φύλου στις αυτιστικές εμπειρίες, καθώς και τις κοινωνικο-ψυχολογικές προεκτάσεις του φαινομένου αυτού στο πλαίσιο της ανάπτυξης, της ταυτότητας και της εκπαίδευσης.

Αν και η αρχική στόχευση αφορούσε αποκλειστικά τη σχολική ηλικία, κρίθηκε αναγκαία η διεύρυνση των ηλικιακών κριτηρίων, καθώς η διαθέσιμη εμπειρική βιβλιογραφία για κορίτσια σχολικής ηλικίας ήταν περιορισμένη. Συνεπώς, συμπεριλήφθηκαν και μελέτες που αφορούν εφήβους ή ενήλικες, όταν παρείχαν ουσιαστικές πληροφορίες για το masking, τον γυναικείο φαινότυπο και τις έμφυλες διαφοροποιήσεις στην αυτιστική συμπεριφορά ή στην ψυχική υγεία. Η διεύρυνση αυτή θεωρήθηκε απαραίτητη για να εξασφαλιστεί η πληρότητα, η εγκυρότητα και η διεπιστημονική συνοχή της επισκόπησης.

Αποκλείστηκαν πηγές που δεν πληρούσαν τα παραπάνω κριτήρια, όπως μελέτες που αφορούσαν αποκλειστικά αγόρια ή άνδρες με αυτισμό, δημοσιεύσεις με ανεπαρκή ή ασαφή μεθοδολογία, πηγές χωρίς πρόσβαση σε πλήρες κείμενο, καθώς και κείμενα γνώμης ή μη επιστημονικά τεκμηριωμένες προσεγγίσεις. Επίσης, αποκλείστηκαν δημοσιεύσεις που, παρότι σχετικές με τον αυτισμό, δεν παρείχαν δεδομένα ή θεωρητική συνεισφορά σχετική με τη διάσταση του φύλου ή με το masking.

Με βάση τα παραπάνω κριτήρια, 89 πηγές κρίθηκαν κατάλληλες και συμπεριλήφθηκαν τελικά στη κριτική επισκόπηση. Οι πηγές αυτές αποτέλεσαν το θεωρητικό και ερευνητικό υπόβαθρο για την ανάλυση και τη σύνθεση των αποτελεσμάτων της παρούσας εργασίας.

2.2. Διαδικασία εντοπισμού και επιλογής μελετών (PRISMA)

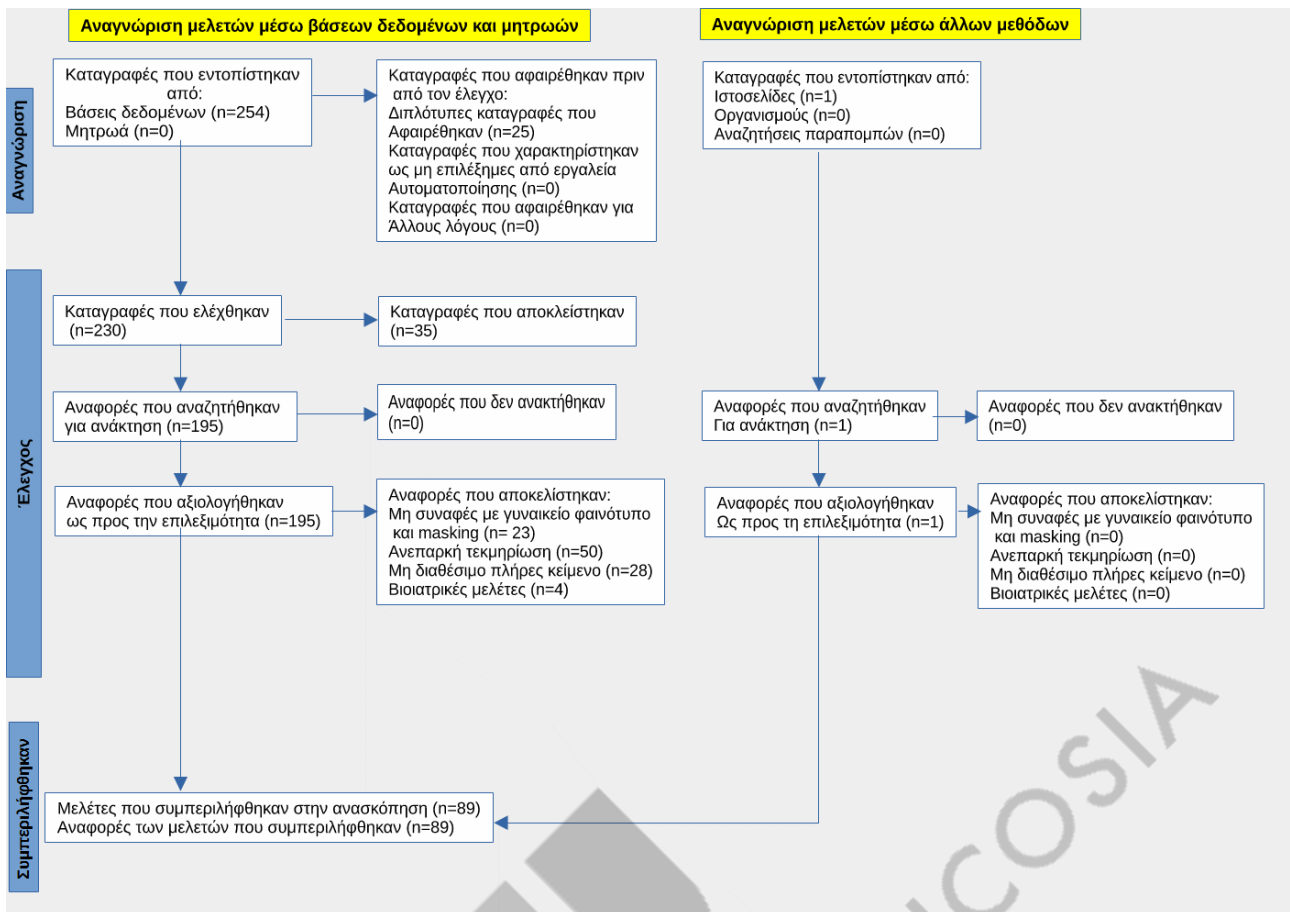
Η διαδικασία εντοπισμού, αξιολόγησης και επιλογής των μελετών ακολούθησε τις κατευθυντήριες οδηγίες PRISMA 2020. Η δομημένη αναζήτηση πραγματοποιήθηκε σε διεθνείς ακαδημαϊκές βάσεις δεδομένων (Scopus, PubMed, Google Scholar,..), καθώς και σε ηλεκτρονικές βιβλιοθήκες, αξιοποιώντας στοχευμένους συνδυασμούς λέξεων-κλειδιών σχετικών με τον αυτισμό, τον γυναικείο φαινότυπο, τη σχολική ηλικία και το φαινόμενο του masking/camouflaging.

Στο αρχικό στάδιο της διαδικασίας εντοπίστηκαν 255 δημοσιεύσεις. Μετά την αφαίρεση 25 διπλότυπων εγγραφών, 230 μελέτες προωθήθηκαν στο στάδιο του αρχικού ελέγχου (screening), όπου εξετάστηκαν βάσει τίτλου και περίληψης. Κατά το στάδιο αυτό αποκλείστηκαν 35 δημοσιεύσεις, καθώς δεν ανταποκρίνονταν στα προκαθορισμένα κριτήρια συνάφειας (π.χ. απουσία εστίασης σε κορίτσια ή γυναίκες με αυτισμό, διαφορετικό ηλικιακό ή θεματικό πλαίσιο, μη σχετικότητα με το masking).

Οι εναπομείνουσες 195 πηγές εξετάστηκαν σε πλήρες κείμενο, προκειμένου να αξιολογηθεί η καταλληλότητά τους σε σχέση με τα κριτήρια επιλεξιμότητας. Από αυτές, 106 αποκλείστηκαν λόγω θεματικής ασυμφωνίας, μη επαρκούς εμπειρικής τεκμηρίωσης, έλλειψης πρόσβασης στο πλήρες κείμενο ή περιορισμένης συνάφειας με τα ερευνητικά ερωτήματα.

Συνολικά, 89 πηγές κρίθηκαν κατάλληλες και συμπεριλήφθηκαν στην κριτική επισκόπηση της βιβλιογραφίας. Το τελικό σώμα των πηγών περιλαμβάνει εμπειρικές μελέτες, θεωρητικά άρθρα, βιβλία και grey literature, δεδομένου ότι η θεματική του γυναικείου αυτιστικού φαινοτύπου και του masking απαιτεί πολυεπίπεδη και διεπιστημονική προσέγγιση.

Η πορεία εντοπισμού και επιλογής των μελετών παρουσιάζεται συνοπτικά στο διάγραμμα ροής PRISMA που ακολουθεί.



3. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

3.1. Masking στον Αυτισμό

Το masking ή camouflaging στον αυτισμό περιγράφεται στη σύγχρονη βιβλιογραφία ως ένα σύνθετο και πολυδιάστατο φαινόμενο, το οποίο αφορά στρατηγικές απόκρυψης, τροποποίησης ή αντιστάθμισης αυτιστικών συμπεριφορών και δυσκολιών, με σκοπό την προσαρμογή στις κοινωνικές νόρμες και την αποφυγή αρνητικών κοινωνικών συνεπειών, όπως ο στιγματισμός (Lai et al., 2016; Hull et al., 2017). Το masking δεν περιορίζεται αποκλειστικά σε συνειδητές στρατηγικές προσαρμογής, αλλά περιλαμβάνει και ασυνείδητες διεργασίες κοινωνικής μάθησης, μέσω των οποίων τα άτομα παρατηρούν, μιμούνται και εσωτερικεύουν νευροτυπικά πρότυπα επικοινωνίας και κοινωνικής αλληλεπίδρασης (Hull et al., 2017 ;Cook et al., 2017).

Στη βιβλιογραφία, το masking περιγράφεται ευρύτερα ως ένα σύνολο γνωστικών και συμπεριφορικών στρατηγικών που στοχεύουν στη μείωση της ορατότητας των αυτιστικών χαρακτηριστικών. Σε αυτές περιλαμβάνονται τόσο η καταστολή εμφανών αυτιστικών εκδηλώσεων όσο και η στρατηγική προσαρμογή της κοινωνικής συμπεριφοράς, μέσω σεναρίων και γνωστικής επεξεργασίας κοινωνικών σημάτων (Hull et al., 2019; Livingston et al., 2020). Οι στρατηγικές

καμουφλαρίσματος, όπως περιγράφονται από τους Beck et al. (2020), περιλαμβάνουν προσπάθειες καταστολής αυτιστικών συμπεριφορών και συνειδητής υιοθέτησης κοινωνικά αναμενόμενων πρακτικών. Οι προσπάθειες αυτές συνδέονται με αυξημένα επίπεδα ψυχολογικής δυσφορίας, καθώς οι γυναίκες που τις εφαρμόζουν αναφέρουν στρες, άγχος, κατάθλιψη και έντονη εξάντληση. Η διαρκής ανάγκη ελέγχου της συμπεριφοράς και προσαρμογής στα κοινωνικά συμφραζόμενα μπορεί να ερμηνευθεί ως συνεχής γνωστική προσπάθεια και διαδικασία συναισθηματικής αυτορρύθμισης, οι οποίες, σύμφωνα με τα εμπειρικά ευρήματα της σχετικής βιβλιογραφίας, συνδέονται με σημαντική ψυχική επιβάρυνση και μειωμένη καθημερινή λειτουργικότητα (Beck et al., 2020).

Συνολικά, το *masking* νοείται ως μια μορφή «κοινωνικής αντιστάθμισης», η οποία επιτρέπει στο άτομο να διαχειριστεί τις κοινωνικές απαιτήσεις, αλλά συχνά εις βάρος της αυθεντικής του έκφρασης και της ψυχικής του ευεξίας.

3.2. Φεμινιστική και Κοινωνικοπολιτισμική Προσέγγιση του Φύλου στο Masking

Η φεμινιστική και κοινωνικοπολιτισμική θεωρία προσφέρει ένα καίριο πλαίσιο για την κατανόηση του *masking* στον αυτισμό, αποκαλύπτοντας τον ρόλο των κοινωνικών προσδοκιών και των έμφυλων νόρμων στη διαμόρφωση της αυτιστικής εμπειρίας. Σύμφωνα με τη θεωρία της επιτελεστικότητας του φύλου, το φύλο δεν συνιστά μια έμφυτη ή βιολογικά καθορισμένη ιδιότητα, αλλά συγκροτείται κοινωνικά μέσα από επαναλαμβανόμενες πρακτικές, πράξεις και λόγους. Μέσω αυτών των επαναλήψεων παράγονται και φυσικοποιούνται κανονιστικά πρότυπα θηλυκότητας και ανδρισμού, τα οποία γίνονται κοινωνικά αναγνωρίσιμα και αποδεκτά (Butler, 1990; West & Zimmerman, 1987).

Η θεώρηση αυτή αποκτά ιδιαίτερη σημασία στον αυτισμό, καθώς έχει υποστηριχθεί ότι οι κυρίαρχες έμφυλες κοινωνικές προσδοκίες για «θηλυκή» συμπεριφορά ενδέχεται να έρχονται σε ασυμφωνία με αυτιστικούς τρόπους επικοινωνίας και αυτοέκφρασης. Σύμφωνα με ορισμένους ερευνητές, αυτή η ασυμφωνία μπορεί να ευνοεί την ανάπτυξη στρατηγικών καμουφλάζ, οι οποίες αν και ενδεχομένως προσαρμοστικές βραχυπρόθεσμα δύνανται να συμβάλλουν σε καθυστερημένη ή ελλιπή αναγνώριση του αυτισμού στις γυναίκες (Bargiela et al., 2016; Lai et al., 2015). Τα κορίτσια στο φάσμα του αυτισμού, υπό την πίεση συμμόρφωσης με κυρίαρχα κοινωνικά και φυλετικά πρότυπα, συχνά αναπτύσσουν στρατηγικές κοινωνικού καμουφλάζ (*masking*), επιδιώκοντας να αποκρύψουν ή να τροποποιήσουν αυτιστικά χαρακτηριστικά και συμπεριφορές τους (Hull et al., 2019; Cook et al., 2017). Η διαδικασία αυτή συνιστά μια μορφή διπλής επιτέλεσης: της νευροτυπικότητας και της θηλυκότητας (French, 2024).

Η φεμινιστική οπτική μετατοπίζει το αναλυτικό επίκεντρο από το άτομο στις κοινωνικές δομές εξουσίας, αποδομώντας την ατομοκεντρική ερμηνεία του *masking*. Υπό αυτό το πρίσμα, το *masking* δεν νοείται ως ένδειξη ελλείμματος ή δυσλειτουργίας, αλλά ως στρατηγική προσαρμογής σε έμφυλες κοινωνικές νόρμες που ρυθμίζουν ποια συμπεριφορά αναγνωρίζεται ως αποδεκτή, κανονική ή «αναγνώσιμη» στο κοινωνικό πεδίο (Butler, 1990). Η βιβλιογραφία δείχνει ότι η παρατεταμένη προσπάθεια αυτορρύθμισης και προσαρμογής σε νευροτυπικές κοινωνικές απαιτήσεις συνδέεται με αυξημένα επίπεδα άγχους, καταθλιπτικής συμπτωματολογίας και έντονης ψυχολογικής εξάντλησης (Beck et al., 2020). Η εμπειρία αυτή έχει περιγραφεί στη νεότερη βιβλιογραφία ως κατάσταση αντίστοιχη με το autistic burnout, σχετιζόμενη με χρόνιο camouflaging και ψυχολογική κόπωση (O'Connor et al., 2023; Goscicki et al., 2025).

Η εμπειρική βιβλιογραφία δείχνει ότι για πολλές γυναίκες το *masking* λειτουργεί ως μηχανισμός επιβίωσης. Οι Bargiela et al. (2016) περιγράφουν ότι πολλές από τις γυναίκες που διαγνώστηκαν σε μεταγενέστερη ηλικία ανέπτυξαν στρατηγικές κοινωνικού καμουφλάζ ή «μάσκας», μέσω των οποίων προσπαθούσαν να συμμορφωθούν με κοινωνικές προσδοκίες και να μειώσουν τον κίνδυνο κοινωνικής απόρριψης ή εκφοβισμού. Οι στρατηγικές αυτές παρουσιάζονται ως πλαίσιο προσαρμογής στο κοινωνικό περιβάλλον, αν και συνοδεύονται από σημαντικό ψυχικό κόστος. Το *masking* περιγράφεται ως μορφή «συναισθηματικής εργασίας», δηλαδή ψυχικά εξαντλητική προσπάθεια διατήρησης κοινωνικά αποδεκτής εικόνας, με κόστος την αυθεντικότητα και την ψυχική ευημερία (Pearson & Rose, 2021). Οι μαρτυρίες αυτιστικών γυναικών δείχνουν ότι η διαρκής προσπάθεια καμουφλαρίσματος βιώνεται ως ιδιαίτερα γνωστικά εξαντλητική και συνοδεύεται από αίσθηση απώλειας αυθεντικής προσωπικής ταυτότητας και εμπειρίες αποξένωσης (O'Connor et al., 2023). Όμοια και η French (2024) επισημαίνει πως το *masking* αποτελεί μορφή «συναισθηματικής εργασίας» (*emotional labour*), μια ψυχικά εξαντλητική προσπάθεια διατήρησης μιας κοινωνικά αποδεκτής εικόνας εις βάρος της αυθεντικής ταυτότητας.

Η κοινωνική πίεση για συμμόρφωση εξηγεί επίσης γιατί το *masking* είναι πιο συχνό και έντονο στα κορίτσια. Η σύγχρονη βιβλιογραφία αναγνωρίζει την ύπαρξη ενός «θηλυκού φαινοτύπου» του αυτισμού, σύμφωνα με τον οποίο τα κορίτσια με ΔΑΦ εμφανίζουν αυξημένη κοινωνική παρατηρητικότητα και μεγαλύτερη ικανότητα προσαρμοστικής μίμησης κοινωνικών συμπεριφορών. Οι δεξιότητες αυτές συχνά λειτουργούν αντισταθμιστικά, οδηγώντας σε απόκρυψη ή υποεκτίμηση των αυτιστικών δυσκολιών και, κατ' επέκταση, σε καθυστερημένη ή μη διάγνωση (Beggiato et al., 2017). Αυτή η φαινομενική κοινωνική επάρκεια μπορεί να οδηγήσει σε υποδιάγνωση ή καθυστερημένη διάγνωση του αυτισμού, καθώς οι διαγνωστικές πρακτικές εξακολουθούν σε μεγάλο βαθμό να βασίζονται σε ανδρικά πρότυπα συμπτωματολογίας (Haney, 2016; Lai et al., 2016; Lockwood Estrin et al., 2020).

Από φεμινιστική σκοπιά, το *masking* μπορεί να νοηθεί ως μορφή δομικής προσαρμογής και αντίστασης ταυτόχρονα. Όπως υποστηρίζει η Butler, η συμμόρφωση των γυναικών στις κυρίαρχες κοινωνικές νόρμες δεν συνιστά παθητική αποδοχή, αλλά συχνά μια στρατηγική επιβίωσης. Μέσω αυτής της στρατηγικής, τα υποκείμενα καθίστανται κοινωνικά αναγνωρίσιμα, διεκδικώντας έναν ελάχιστο χώρο ύπαρξης εντός περιβαλλόντων που συστηματικά απορρίπτουν ή καθιστούν αόρατη τη διαφορετικότητα (Butler, 1990).

Όπως σημειώνουν οι Hull et al. (2017), η συνεχής χρήση *masking* είναι ψυχολογικά εξαντλητική και συχνά οδηγεί σε *autistic burnout*, κατάσταση συναισθηματικής εξουθένωσης που επηρεάζει την αυτοεκτίμηση, τη λειτουργικότητα και την ψυχική υγεία.

Συνολικά, το *masking* στις αυτιστικές γυναίκες και κορίτσια αποτελεί προϊόν σύνθετης αλληλεπίδρασης κοινωνικών προσδοκιών, διαγνωστικών μεροληψιών και ατομικών στρατηγικών επιβίωσης. Δεν συνιστά ένδειξη ανώτερης κοινωνικής κατανόησης ή προσαρμοστικότητας, αλλά μαρτυρία της κοινωνικής πίεσης που ασκείται στα άτομα να καταστείλουν τη διαφορετικότητά τους για να είναι αποδεκτά (French, 2024; Hull et al., 2017). Η αναγνώριση των κοινωνικοπολιτισμικών και έμφυλων παραγόντων στον αυτισμό είναι κρίσιμη για την ανάπτυξη έμφυλα ευαίσθητων διαγνωστικών και υποστηρικτικών προσεγγίσεων, καθώς οι κυρίαρχες διαγνωστικές πρακτικές συμβάλλουν στην υποδιάγνωση των γυναικών και στην αυξημένη χρήση στρατηγικών *camouflaging*, με πιθανές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία (Kapp, 2020; Mandy & Lai, 2017).

Το *masking* στον αυτισμό αποτελεί όχι μόνο ατομική στρατηγική κοινωνικής προσαρμογής, αλλά και προϊόν κοινωνικών και πολιτισμικών πιέσεων. Στην περίπτωση των κοριτσιών, αυτή η πίεση εντείνεται λόγω των έμφυλων προσδοκιών για «ήρεμη» και κοινωνικά αποδεκτή συμπεριφορά (Hull et al., 2017). Το *masking*, επομένως, δεν μπορεί να θεωρηθεί απλώς ένδειξη ανεπτυγμένης κοινωνικής δεξιότητας, αλλά περιγράφεται στη βιβλιογραφία ως στρατηγική προσαρμογής που συχνά υιοθετείται υπό κοινωνική πίεση. Αν και ενδέχεται να λειτουργεί προστατευτικά βραχυπρόθεσμα, έχει συσχετιστεί με ψυχική επιβάρυνση και αίσθημα εσωτερικής αποξένωσης στις γυναίκες με αυτισμό (Bargiela, Steward, & Mandy, 2016).

Η αναγνώριση του κοινωνικού χαρακτήρα του *masking* καθιστά αναγκαία μια στροφή από ατομικές παρεμβάσεις σε δομικές αλλαγές που προωθούν την αποδοχή της νευροδιαφορετικότητας (Botha & Frost, 2020).

3.3. Κοινωνικό Μοντέλο της Αναπηρίας και ο Αυτισμός

Το Κοινωνικό Μοντέλο της Αναπηρίας, το οποίο διαμορφώθηκε από το αναπηρικό κίνημα στη Βρετανία τη δεκαετία του 1970 (Oliver, 1990), υποστηρίζει ότι «σε γενικές γραμμές, οι άνθρωποι καθίστανται ανάπηροι τόσο από την κοινωνία όσο και από το σώμα και το μυαλό τους»

(Shakespeare, 2014). Με αυτή τη μετατόπιση, η ευθύνη περνά από το άτομο στο κοινωνικό περιβάλλον, το οποίο οφείλει να προσαρμοστεί στη διαφορετικότητα.

Η εφαρμογή του κοινωνικού μοντέλου της αναπηρίας στον αυτισμό συνέβαλε στη μετατόπιση από μία αυστηρά ιατροκεντρική αντίληψη, που προσέγγιζε τον αυτισμό αποκλειστικά ως παθολογική απόκλιση, προς το παράδειγμα της νευροδιαφορετικότητας, το οποίο αναγνωρίζει τον αυτισμό ως μορφή νευρολογικής ποικιλομορφίας, η οποία εμπλέκεται δυναμικά με κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες και μπορεί να συνυπάρχει με αναπηρία (Kapp, 2020). «Οι δυσκολίες που βιώνουν τα αυτιστικά άτομα δεν απορρέουν αποκλειστικά από τον αυτισμό, αλλά από μια κοινωνία που προάγει «νευροτυπικές» νόρμες επικοινωνίας και συμπεριφοράς» (Fletcher-Watson & Happé, 2019).

Στο πλαίσιο αυτό, το *masking* ερμηνεύεται ως προϊόν κοινωνικής πίεσης, «μια στρατηγική προσαρμογής που επιτρέπει στα αυτιστικά άτομα και ιδίως στα κορίτσια να ανταποκρίνονται στις προσδοκίες ενός περιβάλλοντος που δεν αποδέχεται τη διαφορετικότητά τους» (Hull et al., 2017).

Η ανάλυση αυτή συνάδει σε μεγάλο βαθμό με τη θεωρητική προσέγγιση που παρουσιάζεται στο *Social Histories of Disability and Deformity* (Turner & Stagg, 2006), όπου η αναπηρία περιγράφεται ιστορικά ως προϊόν κοινωνικών και πολιτισμικών δομών και όχι ως ατομικό ελάττωμα. Αυτό το ιστορικό μοτίβο ευθυγραμμίζεται θεωρητικά με τις σύγχρονες αναλύσεις του *masking*, καθώς αναδεικνύει ότι η πίεση για κοινωνική συμμόρφωση και κανονικότητα διαχρονικά οδηγεί τα άτομα που αποκλίνουν από τα κυρίαρχα πρότυπα, όπως τα αυτιστικά κορίτσια, στην απόκρυψη των δυσκολιών τους (Turner & Stagg, 2006; Hull et al., 2017).

Υπό το πρίσμα του κοινωνικού μοντέλου, λοιπόν, το *masking* δεν αποτελεί ατομικό έλλειμμα ή δυσλειτουργία, αλλά σύμπτωμα κοινωνικού αποκλεισμού. Η ψυχική επιβάρυνση που βιώνουν αυτιστικά κορίτσια και γυναίκες, όπως άγχος, συναισθηματική εξάντληση και δυσφορία, δεν μπορεί να αποδοθεί αποκλειστικά στη νευροδιαφορετικότητα αυτή καθαυτή. Αντιθέτως, αναδύεται στο πλαίσιο της αλληλεπίδρασης μεταξύ νευρολογικών χαρακτηριστικών και κοινωνικών συνθηκών που επιβάλλουν αυστηρές έμφυλες και νευροτυπικές προσδοκίες. Ο Shakespeare (2014) προτείνει μια σχεσιακή κατανόηση της αναπηρίας, σύμφωνα με την οποία οι εμπειρίες δυσφορίας προκύπτουν από τη συνάρθρωση του σώματος και του κοινωνικού περιβάλλοντος. Εντός αυτού του πλαισίου, η French (2024), εστιάζοντας ειδικά στις εμπειρίες αυτιστικών κοριτσιών και γυναικών, αναδεικνύει ότι η κοινωνική πίεση για συμμόρφωση, η ανάγκη για *masking* και ο φόβος στιγματισμού σε «έναν κόσμο που δεν είναι φτιαγμένος γι' αυτές» συμβάλλουν καθοριστικά στη συσσώρευση ψυχικής κόπωσης και συναισθηματικής επιβάρυνσης. Η ιστορική αναδρομή των Turner & Stagg (2006) συγκλίνει με αυτή τη διαπίστωση, καθώς καταδεικνύει ότι η κοινωνική «αποτυχία ένταξης» αποτελεί διαχρονικό χαρακτηριστικό των κοινωνιών. Ωστόσο, διαφοροποιείται

ως προς το είδος της αναπηρίας που εξετάζει: ενώ οι Turner & Stagg επικεντρώνονται κυρίως σε ορατές, σωματικές ή θεσμικά ρυθμιζόμενες μορφές αναπηρίας, η σύγχρονη βιβλιογραφία για το *masking* εστιάζει σε μια λιγότερο ορατή, εσωτερικευμένη μορφή προσαρμογής, η οποία όμως παράγει εξίσου ισχυρό ψυχικό κόστος, αναδεικνύοντας ότι η αορατότητα της αναπηρίας δεν συνεπάγεται μικρότερη επιβάρυνση, αλλά διαφορετική μορφή κοινωνικής πίεσης». (Hull et al., 2017).

3.4. Η Θεωρία της Νευροδιαφορετικότητας

Η θεωρία της νευροδιαφορετικότητας (*neurodiversity*) επεκτείνει και επαναπροσδιορίζει το κοινωνικό μοντέλο της αναπηρίας, εστιάζοντας στη νευρολογική ποικιλότητα ως αναπόσπαστο και ισότιμο συστατικό της ανθρώπινης εμπειρίας.

Σύμφωνα με αυτό το πλαίσιο, ο αυτισμός δεν είναι “διαταραχή” αλλά φυσική παραλλαγή του ανθρώπινου νευρικού συστήματος. Οι διαφορές στην επικοινωνία, στην αίσθηση και στη γνωστική επεξεργασία δεν συνιστούν παθολογίες, αλλά εναλλακτικούς τρόπους ύπαρξης. Στο πλαίσιο του παραδείγματος της νευροδιαφορετικότητας, η νευροτυπία δεν αντιμετωπίζεται ως κανονιστικό πρότυπο, αλλά ως μία από τις πολλαπλές μορφές νευρολογικής λειτουργίας, χωρίς προνομιακή ιεράρχηση έναντι των νευροδιαφορετικών τρόπων ύπαρξης (Kapp, 2020).

Το *masking*, μέσα από το πρίσμα της νευροδιαφορετικότητας, ερμηνεύεται ως κοινωνικός και ψυχολογικός μηχανισμός επιβίωσης σε ένα περιβάλλον που τιμωρεί τη νευρολογική διαφορά. Η διαδικασία αυτή ενισχύει την αυτολογοκρισία και συνδέεται με γνωστική εξάντληση, συναισθηματική αποξένωση και αποδυνάμωση της αίσθησης προσωπικής ταυτότητας (Hull et al., 2017; O’Connor et al., 2023).

Από αυτή τη σκοπιά, η θεραπευτική ή εκπαιδευτική “αντιμετώπιση” του *masking* δεν μπορεί να στοχεύει στη μείωσή του μέσω συμπεριφορικής εκπαίδευσης, αλλά στη δημιουργία περιβαλλόντων που δεν το καθιστούν αναγκαίο. Η αποδοχή της νευροδιαφορετικότητας προϋποθέτει ένα κοινωνικό πλαίσιο το οποίο δεν εξαναγκάζει τα νευροδιαφορετικά άτομα να υιοθετούν πρακτικές καμουφλάζ ή απόκρυψης των χαρακτηριστικών τους προκειμένου να γίνουν κοινωνικά αποδεκτά (Kapp, 2020).

3.5. Η Θεωρία του Νου

Η Θεωρία του Νου (*Theory of Mind – ToM*) αποτελεί θεμελιώδη γνωστικό μηχανισμό για την ερμηνεία των κοινωνικών δυσκολιών των ατόμων με αυτισμό. Το μοντέλο αυτό έχει γίνει κυρίαρχο στην ψυχολογία του αυτισμού, προτείνοντας ότι τα άτομα στο φάσμα παρουσιάζουν δυσκολίες στην κατανόηση των νοητικών καταστάσεων των άλλων.

Ο Baron-Cohen και οι συνεργάτες του (1985) χρησιμοποίησαν το κλασικό «Sally–Anne Test» και διαπίστωσαν ότι το 80% των παιδιών με αυτισμό αποτυγχάνει να αποδώσει ψευδείς πεποιθήσεις σε άλλους. Η Happé (1994) επιβεβαιώνει ότι αυτή η αδυναμία αφορά όχι μόνο τη βασική κατανόηση των ψευδών πεποιθήσεων, αλλά και πιο σύνθετες κοινωνικές δοκιμασίες, όπως η κατανόηση ειρωνείας και της διπλής μπλόφας. Ωστόσο, η Happé (1994) εισάγει μια πιο σύνθετη οπτική: ενώ η βασική Θεωρία του Νου φαίνεται να αποτελεί καθολικό έλλειμμα στα άτομα με αυτισμό, υπάρχει σημαντική ετερογένεια. Όπως τονίζει η Happé (1994), αυτά τα άτομα «μπορεί να έχουν αποκτήσει τη Θεωρία του Νου αργά, και με μη τυπικό τρόπο, με συνέπεια να μην την εφαρμόζουν αποτελεσματικά στην καθημερινή ζωή». Αυτό το υπόδειγμα «καθυστερημένης απόκτησης» (delay hypothesis) υποστηρίζει ότι, ακόμη και αν επιτευχθεί η Θεωρία του Νου, η καθυστερημένη ανάπτυξή της μπορεί να έχει επιδράσει καθοριστικά στη διαμόρφωση κοινωνικών, συναισθηματικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων, ένα εύρημα που ενισχύει τη διάκριση που προτείνεται μεταξύ αυτισμού και συνδρόμου Asperger. Η Happé υπογραμμίζει επίσης ότι η ικανότητα να περάσουν εργαστηριακά τεστ ToM δεν συνεπάγεται αυτόματα και την αντίστοιχη κοινωνική επάρκεια, καθώς οι κοινωνικές καταστάσεις που δεν είναι προφανείς ή ξεκάθαρες απαιτούν γενίκευση και ταχύτητα επεξεργασίας που συχνά λείπουν. Στο πλαίσιο αυτό, η Θεωρία του Νου έχει δεχθεί κριτική για την περιορισμένη και εν μέρει αποσπασματική ερμηνεία της κοινωνικής αλληλεπίδρασης στον αυτισμό. Σύγχρονες θεωρητικές και ερευνητικές προσεγγίσεις προτείνουν ένα πολυπαραγοντικό μοντέλο κατανόησης, το οποίο λαμβάνει υπόψη όχι μόνο γνωστικές διεργασίες, αλλά και συναισθηματικούς, κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες που διαμορφώνουν την εμπειρία του αυτισμού (Happé & Frith, 2020; Kapp, 2020). Επιπλέον, η κατανόηση του αυτισμού στις γυναίκες προϋποθέτει την αναγνώριση του κοινωνικού masking, το οποίο μπορεί να αποκρύπτει δυσκολίες που δεν αποτυπώνονται σε παραδοσιακές ToM δοκιμασίες (Lockwood Estrin et al., 2020).

Συνοψίζοντας, η Θεωρία του Νου παραμένει βασικό θεωρητικό εργαλείο για την κατανόηση του αυτισμού, αλλά η σύγχρονη βιβλιογραφία και ειδικότερα η Happé προτρέπει σε πιο ευέλικτες προσεγγίσεις που αναγνωρίζουν την ποικιλομορφία του φάσματος και τους διαφορετικούς «γνωστικούς δρόμους» που μπορεί να ακολουθήσει κάθε άτομο. Υπό αυτή την οπτική, το masking αναδεικνύεται όχι ως έλλειμμα προσαρμοστικότητας των αυτιστικών ατόμων, αλλά ως δείκτης αποτυχίας των κοινωνικών και εκπαιδευτικών πλαισίων να χωρέσουν τη νευροδιαφορετική εμπειρία.

3.6. Ψυχοκοινωνικές Επιπτώσεις του Masking

«Η διερεύνηση των ψυχολογικών επιπτώσεων του *masking* δείχνει ότι, παρότι πρόκειται για μια φαινομενικά προσαρμοστική στρατηγική, συνδέεται με σημαντική συναισθηματική επιβάρυνση,

αυξημένο άγχος και διάρρηξη της αίσθησης ταυτότητας» (Hull et al., 2017). Παρότι το masking ενδέχεται βραχυπρόθεσμα να διευκολύνει την κοινωνική προσαρμογή, η συστηματική και μακροχρόνια εφαρμογή του έχει συσχετιστεί με σημαντικές αρνητικές συνέπειες για την ψυχική υγεία, καθώς και με σταδιακή αποδυνάμωση της αυθεντικής ταυτότητας και αυτοέκφρασης του ατόμου (Cassidy et al., 2019; Pearson & Rose, 2021). Οι παραπάνω επιπτώσεις αναλύονται διεξοδικά στις ακόλουθες ενότητες, όπου το masking εξετάζεται ως μηχανισμός προσαρμογής, παράγοντας συννοσηρότητας, διαμόρφωσης ταυτότητας και ενδεχομένως autistic burnout.

«Από ψυχολογική σκοπιά, το masking μπορεί να ερμηνευθεί ως στρατηγική αυτορρύθμισης, η οποία επιτρέπει στο άτομο να προσαρμόζει τη συμπεριφορά του στις κοινωνικές απαιτήσεις και να μειώνει την έκθεση σε αρνητικές κοινωνικές αντιδράσεις» (Livingston, Shah, & Happé, 2020). Παράλληλα, λειτουργεί ως στρατηγική γνωστικής και συναισθηματικής διαχείρισης, μέσω της οποίας το άτομο μιμείται νευροτυπικές συμπεριφορές προκειμένου να εξασφαλίσει κοινωνική αποδοχή.

Ωστόσο, η συνεχής επιτήρηση του εαυτού και η καταπίεση αυθόρμητων εκφράσεων στο πλαίσιο του κοινωνικού καμουφλαρίσματος φαίνεται να συνδέονται με εμπειρίες αποξένωσης και δυσφορίας, καθώς πολλά άτομα αναφέρουν ότι «δεν είναι ο πραγματικός τους εαυτός» στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις (Beck et al., 2020). Η παρατεταμένη αυτή αυτορρύθμιση έχει συνδεθεί με την εμφάνιση autistic burnout — κατάσταση εξουθένωσης που χαρακτηρίζεται από σωματική και συναισθηματική κατάρρευση και απώλεια λειτουργικότητας (Raymaker et al., 2020).

3.7. Ψυχική Υγεία και Συννοσηρότητα

Η έρευνα έχει καταδείξει ισχυρή συσχέτιση ανάμεσα στο masking και στις ψυχικές διαταραχές. Οι Hull et al. (2017) ανέδειξαν ότι το καμουφλάρισμα των αυτιστικών χαρακτηριστικών βιώνεται ως ιδιαίτερα εξαντλητικό και συνδέεται με απώλεια αυθεντικότητας και συναισθηματικό κόστος. Παράλληλα, οι O'Connor et al. (2023) κατέγραψαν ότι οι αυτιστικές γυναίκες συχνά βιώνουν έντονη ψυχική εξάντληση και χρόνια στρες στο πλαίσιο κοινωνικών πιέσεων και προσαρμογής, ενώ επισημαίνεται η αυξημένη επιβάρυνση της ψυχικής τους υγείας συνολικά.

Σε αντίστοιχη κατεύθυνση, το *Autism and Managing Anxiety* (Middletown Centre for Autism, 2021) επισημαίνει ότι τα αυτιστικά κορίτσια και έφηβες τείνουν να εσωτερικεύουν το άγχος τους και να υιοθετούν εξωτερικά ήρεμη και προσαρμοστική συμπεριφορά, γεγονός που μπορεί να παραπλανήσει εκπαιδευτικούς και επαγγελματίες και να οδηγήσει σε μη έγκαιρη αναγνώριση των δυσκολιών τους. Το βιβλίο εξηγεί ότι η εσωτερικευση του άγχους στα αυτιστικά κορίτσια συνδέεται με προσπάθειες κοινωνικής προσαρμογής και συμμόρφωσης στις κοινωνικές προσδοκίες, οδηγώντας σε εξωτερικά ήρεμη και «προσαρμοσμένη» συμπεριφορά, η οποία ωστόσο συνοδεύεται από αυξημένη ψυχική επιβάρυνση και συναισθηματική εξάντληση (Middletown Centre for Autism,

2021). Αυτό συμφωνεί πλήρως με τα ευρήματα της βιβλιογραφίας ότι η «ήρεμη» ή «συμμορφωμένη» παρουσία των κοριτσιών δεν αποτελεί ένδειξη απουσίας δυσκολιών αλλά αποτέλεσμα έντονης αυτο-ρύθμισης, η οποία συνδέεται με αργότερη διάγνωση, αυξημένη πίεση και καταθλιπτικά συμπτώματα.

Οι South et al. (2019) προτείνουν θεωρητικά ότι το masking ενδέχεται να συνδέει τις κοινωνικές πιέσεις φύλου με την ψυχολογική δυσφορία, χωρίς ωστόσο να το εξετάζουν εμπειρικά ως μεσολαβητικό μηχανισμό.

Η χρόνια έκθεση των αυτιστικών παιδιών σε αισθητηριακά και κοινωνικά στρεσογόνα περιβάλλοντα, όπως το σχολείο, οδηγεί σε παρατεταμένη φυσιολογική υπερένταση και σωματοποιημένο άγχος (Middletown Centre for Autism, 2021). Τα συμπτώματα αυτά συχνά παραμένουν μη ορατά στο σχολικό πλαίσιο, καθώς πολλά παιδιά εσωτερικεύουν το άγχος τους και διατηρούν εξωτερικά λειτουργική συμπεριφορά. Αν και το βιβλίο δεν χρησιμοποιεί τον όρο *masking*, περιγράφει έναν παρόμοιο μηχανισμό εσωτερικής αυτο-πίεσης: προσπάθεια προσαρμογής, συσσώρευση άγχους και τελικά έντονη συναισθηματική φόρτιση σε οικεία περιβάλλοντα (Middletown Centre for Autism, 2021).

Παράλληλα, η τάση των αυτιστικών γυναικών να καμουφλάρουν τα χαρακτηριστικά τους έχει συσχετιστεί με διαγνωστική σύγχυση και καθυστερημένη διάγνωση, καθώς η φαινομενική κοινωνική επάρκεια ενδέχεται να συγκαλύπτει υποκείμενες δυσκολίες κοινωνικής επικοινωνίας και προσαρμογής (Bargiela, Steward, & Mandy, 2016 ; 2019). «Η εσφαλμένη αυτή αντίληψη μπορεί να οδηγήσει σε δευτερογενείς ψυχιατρικές επιβαρύνσεις, όπως αγχώδεις και καταθλιπτικές διαταραχές» (Barlattani, Rossi, & Romano, 2023).

Σε αυτό το σημείο, το βιβλίο *Autism and Managing Anxiety* (2021) συμφωνεί και επισημαίνει ότι στα σχολεία τα κορίτσια που «φαίνονται ήρεμα» συχνά παραβλέπονται, δεν λαμβάνουν προσαρμογές, και αυτό οδηγεί σε συσσώρευση άγχους. Αυτό αποτελεί σαφή περίπτωση διαγνωστικής ασυμμετρίας, αντίστοιχη με όσα περιγράφονται στη βιβλιογραφία για *masking*, αν και το βιβλίο το αποδίδει περισσότερο σε έλλειψη κατανόησης των «ήσυχων» προφίλ άγχους στον αυτισμό.

Συνολικά, τα ευρήματα της βιβλιογραφίας υποδηλώνουν ότι η αυξημένη συννοσηρότητα άγχους και κατάθλιψης στις αυτιστικές γυναίκες και κορίτσια δεν μπορεί να ερμηνευθεί ανεξάρτητα από τις κοινωνικές πιέσεις προσαρμογής και τις πρακτικές καμουφλάζ που αυτές συνεπάγονται.

3.8. Ταυτότητα, Αυθεντικότητα και Αποπροσωποποίηση

Πέρα από τη συναισθηματική κόπωση, το *masking* επηρεάζει βαθιά την ταυτότητα και την αυτοαντίληψη των αυτιστικών γυναικών και κοριτσιών. Οι Bargiela et al. (2016) αναδεικνύουν

βιώματα που οι ίδιες οι συμμετέχουσες περιγράφουν ως αίσθημα «απώλειας του εαυτού», καθώς η παρατεταμένη προσποίηση και η συνεχής κοινωνική προσαρμογή διαβρώνουν την αίσθηση αυθεντικής ταυτότητας. «Πολλές γυναίκες δηλώνουν ότι ζουν διπλή ζωή, μία κοινωνικά αποδεκτή και μία ιδιωτική, στην οποία μπορούν να εκφράζονται αυθεντικά» (Tierney, Burns, & Kilbey, 2016; Vine Foggo & Webster, 2017)

Η εμπειρία αυτή σχετίζεται με «αποπροσωποποίηση, δηλαδή με αίσθηση αποσύνδεσης από τον εαυτό, καθώς το άτομο λειτουργεί διαρκώς μέσα από κοινωνικά επιβεβλημένους ρόλους» (French, 2024). Η συνεχής καταπίεση των φυσικών εκφράσεων, σε συνδυασμό με τις προσδοκίες θηλυκότητας, δημιουργεί εσωτερική γνωστική ασυμφωνία και διαρκές ψυχικό βάρος.

Υπό αυτό το πρίσμα, το *masking* μπορεί να ιδωθεί όχι μόνο ως συμπεριφορική στρατηγική προσαρμογής, αλλά ως διαδικασία διαρκούς επιτέλεσης ρόλων, η οποία σταδιακά αποσταθεροποιεί την αίσθηση ενιαίας και αυθεντικής ταυτότητας.

3.9. Autistic Burnout

Το autistic burnout αποτελεί μία από τις πιο σοβαρές και μακροπρόθεσμες συνέπειες της παρατεταμένης χρήσης *masking*. Οι Raymaker et al. (2020) το περιγράφουν ως κατάσταση εξουθένωσης που συνοδεύεται από απώλεια ενέργειας, αποδιοργάνωση και αίσθηση εσωτερικής κατάρρευσης.

Η σύγχρονη βιβλιογραφία αναδεικνύει ότι οι αυτιστικές γυναίκες βιώνουν έντονη κοινωνική πίεση να διατηρούν το καμουφλάρισμα των αυτιστικών χαρακτηριστικών τους σε πολλούς τομείς της ζωής, γεγονός που συμβάλλει στη χρόνια ψυχική επιβάρυνση (O'Connor et al., 2023). Οι Pearson και Rose (2021) υποστηρίζουν ότι το *masking* δημιουργεί μια «ψευδαίσθηση επιλογής»: τα άτομα δεν επιλέγουν ελεύθερα να προσαρμόζονται, αλλά αναγκάζονται να το κάνουν προκειμένου να αποφύγουν τον κοινωνικό αποκλεισμό. Υπό αυτό το πρίσμα, η εμπειρία του αυτιστικού burnout δεν μπορεί να αποδοθεί αποκλειστικά σε ατομικούς ψυχολογικούς παράγοντες, αλλά αναδύεται ως αποτέλεσμα της συσσώρευσης κοινωνικών και περιβαλλοντικών πιέσεων, όπως η έλλειψη συμπερίληψης, οι αυξημένες απαιτήσεις προσαρμογής και οι χρόνιες πρακτικές κανονικοποίησης (Mandy, 2019; Kapp, 2020).

3.10. Ανθεκτικότητα και Αυτοαποδοχή

Παρά τις επιβαρυντικές συνέπειες, ορισμένες έρευνες αναδεικνύουν και μηχανισμούς ανθεκτικότητας. Οι Grove, Clapham, Moodie, Gurrin και Hall (2025) υποστηρίζουν ότι η ενεργή συμμετοχή των αυτιστικών ατόμων στην έρευνα και στη χάραξη πολιτικών («Nothing about us without us») ενισχύει την αυτογνωσία και μειώνει την ανάγκη για *masking*. Η French (2024)

σημειώνει ότι οι κοινότητες νευροδιαφορετικότητας προσφέρουν έναν χώρο όπου η αυθεντικότητα εκλαμβάνεται ως δύναμη και όχι ως αδυναμία.

Σύμφωνα με το παράδειγμα της νευροδιαφορετικότητας, η ψυχική ευημερία των αυτιστικών ατόμων δεν επιτυγχάνεται μέσω της προσπάθειας τροποποίησης ή «διόρθωσης» των αυτιστικών χαρακτηριστικών, αλλά προϋποθέτει κοινωνική αποδοχή και την ύπαρξη υποστηρικτικών πλαισίων που επιτρέπουν την αυθεντική και ελεύθερη έκφραση της νευροδιαφορετικότητας (Kapp, 2020). Η ενίσχυση της αυτογνωσίας, η θετική αναγνώριση της αυτιστικής ταυτότητας και η δημιουργία ασφαλών και αποδεκτικών κοινωνικών χώρων φαίνεται να λειτουργούν προστατευτικά απέναντι στη συναισθηματική εξάντληση και το αυτιστικό burnout (Mandy, 2019; O'Connor et al., 2023).

Συνεπώς, το *masking* συνιστά μια διττή ψυχολογική εμπειρία: λειτουργεί βραχυπρόθεσμα ως μηχανισμός κοινωνικής προσαρμογής, αλλά μακροπρόθεσμα προκαλεί άγχος, κατάθλιψη, αποξένωση και απώλεια αυθεντικότητας. Οι ψυχολογικές του επιπτώσεις δεν είναι αμιγώς ατομικές, αλλά ψυχοκοινωνικά προσδιορισμένες, καθώς απορρέουν από τις κοινωνικές πιέσεις για συμμόρφωση και κανονικότητα. Επομένως, η κατανόηση του *masking* απαιτεί μια διαθεματική και συμπεριληπτική προσέγγιση, που μετατοπίζει το ενδιαφέρον από την «ατομική προσαρμογή» προς τη συλλογική αποδοχή της διαφορετικότητας και την προαγωγή της ψυχικής ευημερίας των αυτιστικών γυναικών.

4. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ο παρακάτω πίνακας συνοψίζει τις μελέτες που εντάχθηκαν στη βιβλιογραφική ανασκόπηση, παρουσιάζοντας συνοπτικά τους συγγραφείς/έτος, τον τίτλο, το δείγμα, τον τύπο πηγής/μεθοδολογία και τα βασικά ευρήματα. Η παρουσίαση αυτή διευκολύνει τη συγκριτική αποτύπωση των ερευνητικών προσεγγίσεων και των κύριων θεματικών που αναδεικνύονται στη βιβλιογραφία.

Συγγραφείς & Έτος	Τίτλος	Δείγμα	Τύπος Πηγής / Μεθοδολογία	Βασικά Ευρήματα
Allely, C. (2019)	Understanding and recognising the female phenotype of autism and the “camouflage” hypothesis: A systematic PRISMA review	τελικό δείγμα 8 μελετών (όχι πρωτογενές δείγμα συμμετεχόντων).	Συστηματική ανασκόπηση (PRISMA) · εντοπισμός, αξιολόγηση και σύνθεση ευρημάτων από 8 επιλεγμένες μελέτες σχετικά με τον θηλυκό αυτιστικό φαινότυπο και το camouflaging.	Camouflaging ως κύριο γνώρισμα θηλυκού φαινότυπου, μίμηση & καταστολή συμπεριφορών, υποδιάγνωση λόγω «ήρεμης» εικόνας, άγχος, εξάντληση, burnout, σύγχυση ταυτότητας, ανδροκεντρικά διαγνωστικά εργαλεία, ανάγκη νέων μεθόδων & περισσότερης έρευνας σε κορίτσια/γυναίκες.

Anderson-Chavarría, M. (2022)	The autism predicament: Models of autism and their impact on autistic identity. <i>Disability & Society</i>	Δεν περιλαμβάνει δείγμα. Θεωρητική – αναλυτική μελέτη.	Βιβλιογραφική ανασκόπηση, Θεωρητική σύνθεση, Κοινωνιολογική και πολιτισμική ανάλυση του αυτισμού, Κριτική προσέγγιση μοντέλων αναπηρίας.	Η ταυτότητα των αυτιστικών ατόμων διαμορφώνεται μεταξύ μοντέλων αναπηρίας, με τη νευροδιαφορετική προσέγγιση να ενισχύει την αυτονομία, τη δικαιωματική οπτική και να επηρεάζει καθοριστικά την κοινωνική πολιτική, την ψυχική υγεία και την αυτοαντίληψη.
Ayirebi, K., & Thomas, G. (2024).	What could be considered as effective support for autistic females in high school? A systematic literature review. <i>Journal of Research in Special Educational Needs</i>	Ανασκόπηση 12 μελετών που περιλάμβαναν: αυτιστικά κορίτσια 11–19 ετών, γονείς, εκπαιδευτικό προσωπικό. Συμμετέχουσες έρευνες: δείγματα 3–34 κορίτσια, ηλικίες 9–19	Συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση PRISMA guidelines Thematic synthesis Ποιότητα μελετών: WoE-A / WoE-B framework.	Τα αυτιστικά κορίτσια στο λύκειο έχουν συχνά αόρατες ανάγκες ψυχικής υγείας λόγω masking και καθυστερημένης διάγνωσης, καθιστώντας αναγκαία τη γνώση του θηλυκού φαινότυπου και την πολυεπίπεδη σχολική υποστήριξη.
Bargiela, S., Steward, R., & Mandy, W. (2016)	The Experiences of Late-diagnosed Women with Autism Spectrum Conditions: An Investigation of the Female Autism Phenotype	14 γυναίκες με ASC Ηλικίες: 22–67 Διάγνωση εντός 10 ετών πριν τη μελέτη Χωρίς νοητική αναπηρία (IQ > 70) Κάτοικοι Ηνωμένου Βασιλείου	Ποιοτική μελέτη, Ημι-δομημένες συνεντεύξεις, Framework analysis Χορήγηση HADS και WTAR για εκτίμηση άγχους/κατάθλιψης και premorbid IQ	Το εκτεταμένο masking/camouflaging σχετίζεται με ψυχική επιβάρυνση, καθυστερημένη ή λανθασμένη διάγνωση, κοινωνικές δυσκολίες, αυξημένη ευαλωτότητα σε κακοποίηση και σύνθετες συναισθηματικές αντιδράσεις στην όσιμη αναγνώριση.
Bargiela, S. (2019)	Camouflage: The Hidden Lives of Autistic Women	3 αυτιστικές γυναίκες που συμμετείχαν σε ημι-δομημένες συνεντεύξεις	Εκλαϊκευμένο graphic novel που συνδυάζει προσωπικές αφηγήσεις, συνεντεύξεις και ερευνητικά δεδομένα.	Γυναίκες με λανθασμένη ή καθυστερημένη διάγνωση βιώνουν εκτενές camouflaging, εξάντληση και αυξημένη ευαλωτότητα, με ενδυνάμωση μέσω κοινοτήτων και διαδικτυακής υποστήριξης.
Barlattani, T. et al. (2023)	Autism spectrum disorders and psychiatric comorbidities: A narrative review.	Δεν υπάρχει πρωτογενές δείγμα.	Αφηγηματική (narrative) ανασκόπηση – σύνθεση ερευνών από ERIC, MEDLINE, PsycARTICLES, PsycINFO, Scopus και PubMed	Κρίσιμη η αναγνώριση συννοσηροτήτων, ανάγκη προσαρμοσμένων διαγνωστικών εργαλείων, απαιτείται πολυπαραγοντική προσέγγιση, υψηλή συννοσηρότητα → ενισχύει τη συσχέτιση masking με επιδείνωση ψυχικής υγείας στα κορίτσια.

Baron-Cohen, S., Leslie, A. M., & Frith, U. (1985)	Does the autistic child have a “theory of mind”?	<ul style="list-style-type: none"> • 20 αυτιστικά παιδιά • 14 παιδιά με Down • 27 τυπικά αναπτυσσόμενα παιδιά (ίδιας νοητικής ηλικίας) 	<p>Πειραματική μελέτη.Χρήση της False Belief Task (τεστ Sally–Anne) για να αξιολογηθεί η ικανότητα κατανόησης λανθασμένων πεποιθήσεων.</p>	<p>Τα αυτιστικά παιδιά απέτυχαν στο τεστ λανθασμένης πεποίθησης.Τα παιδιά με Down και τα τυπικά αναπτυσσόμενα πέτυχαν.Το εύρημα δείχνει έλλειμμα Θεωρίας του Νου (ToM) στον αυτισμό.Η μελέτη θεμελίωσε το ToM μοντέλο για την κατανόηση του αυτισμού.</p>
Beck, J. S., Lundwall, R. A., Gabrielsen, T., Cox, J. C., & South, M. (2020).	Looking good but feeling bad: “Camouflaging” behaviors and mental health in women with autistic traits.	58 γυναικών (ηλικίας M = 25 ετών· IQ M = 115)	<p>Ποσοτική μελέτη.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ερωτηματολόγια: CAT-Q (Camouflaging Autistic Traits Questionnaire), άγχος, κατάθλιψη, stress. • στατιστικές αναλύσεις συσχετίσεων και συγκρίσεων ομάδων . 	<p>Οι γυναίκες με υψηλά αυτιστικά χαρακτηριστικά εμφανίζουν αυξημένο camouflaging, το οποίο, ενισχυόμενο από κοινωνική πίεση, σχετίζεται με άγχος, κατάθλιψη, stress και burnout, συγκαλύπτει τα συμπτώματα και συμβάλλει στην υποδιάγνωση, καθώς η «καλή εικόνα» δεν αντανακλά την πραγματική ψυχική κατάσταση.</p>
Beggiato, A., Peyre, H., Maruani, A., Scheid, I., Rastam, M., Amsellem, F., Gillberg, C. I., Leboyer, M., Bourgeron, T., Gillberg, C., & Delorme, R. (2017).	Gender differences in autism spectrum disorders: Divergence among specific core symptoms. Autism Research	<p>Πρωτογενές δείγμα 594 probands με ΔΑΦ (129 γυναίκες), στρατολογημένοι από τη μελέτη PARIS.</p> <p>Ανάλυση αναπαραγωγής σε ανεξάρτητο δείγμα 1.716 probands (338 γυναίκες) από το πρόγραμμα AGRE.</p>	<p>Ποσοτική μελέτη.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Χρήση ADI-R και ADOS • Στατιστικές συγκρίσεις αγοριών–κοριτσιών. • Ανάλυση παραγόντων και ηλικιακών διαφορών. 	<p>Τα κορίτσια εμφανίζουν ηπιότερη ή διαφοροποιημένη συμπτωματολογία σε σχέση με τα αγόρια, με λιγότερο εμφανείς κοινωνικές δυσκολίες και καθυστερημένη διάγνωση —ιδίως σε υψηλής λειτουργικότητας περιπτώσεις —γεγονός που συνδέεται με αυξημένο masking και υποδιάγνωση.</p>
Bertilsdotter Rosqvist, H., Pearson, A., Pavlopoulou, G., & Bottema-Beutel, K. (2025).	The social model in autism research	Το άρθρο είναι θεωρητικό και δεν περιλαμβάνει συμμετέχοντες ή εμπειρικό δείγμα.	Editorial: εισαγωγική σύνθεση άρθρων και θεωρητικών εξελίξεων, χωρίς νέα δεδομένα.	Η ψυχική δυσφορία πηγάζει από κοινωνικά εμπόδια, στίγμα και masking, καθιστώντας αναγκαία τη στροφή σε νευροεπιβεβαιωτικό μοντέλο, autistic-led έρευνα και θεσμικές και γλωσσικές αλλαγές υπέρ της νευροδιαφορετικότητας.
Booth, A., Sutton, A., & Papaioannou, D. (2016).	Systematic approaches to a successful literature review (2nd ed.).	Δεν περιλαμβάνει δείγμα	Βιβλιογραφικής ανασκόπησης Μεθοδολογικό βιβλίο – Οδηγός για systematic, scoring & narrative reviews.	Παρουσίαση σταδίων και τύπων ανασκόπησης, με πρακτικά εργαλεία (π.χ. PRISMA) και έμφαση στη διαφάνεια και την αναπαραγωγιμότητα.
Botha, M., & Frost, D. M.	Extending the minority stress	111 συμμετεχόντων (18–65 ετών).	Ποσοτική μελέτη. Ερωτηματολόγια:	Οι αυτιστικοί ενήλικες βιώνουν

(2020).	model to understand mental health problems in autistic adults		ψυχικής υγείας, στιγματισμού, απόρριψης, internalized stigma.	μειονοτικό στρες, όπου στίγμα και κοινωνική πίεση ενισχύουν άγχος/κατάθλιψη, ενώ το masking, αν και λειτουργικό Στατιστική ανάλυση κοινωνικά, μειώνει την διαμεσολάβησης & συσχετίσεων.
Butler, J. (1990).	Gender trouble: Feminism and the subversion of identity.	Δεν περιλαμβάνει δείγμα	Θεωρητικό— φιλοσοφικό έργο. Ανάλυση λόγου, κριτική θεωρία, φεμινιστική θεωρία, μεταδομισμός	Το φύλο νοείται ως κοινωνικά κατασκευασμένο και επιτελεστικό, με το δυαδικό πλαίσιο και τις κανονιστικές νόρμες να αποκλείουν μη συμμορφούμενες ταυτότητες και να αμφισβητούν την έννοια της σταθερής ταυτότητας.
Cage, E., & Troxell-Whitman, Z. (2019).	Understanding the reasons, contexts and costs of camouflaging for autistic adults. Journal of Autism and Developmental Disorders	262 αυτιστικοί ενήλικες άνω των 18 ετών	Ποιοτική μελέτη ημιδομημένες συνεντεύξεις θεματική ανάλυση.	Το camouflaging, εντονότερο σε μη υποστηρικτικά περιβάλλοντα, χρησιμοποιείται για κοινωνική αποδοχή και ασφάλεια, αλλά συνδέεται με ψυχική επιβάρυνση, απώλεια αυθεντικότητας, burnout και υποδιάγνωση, ιδίως σε γυναίκες και άτομα υψηλής λειτουργικότητας.
Carpenter, B., Happé, F., & Egerton, J. (Eds.). (2019).	Girls and autism: Educational, family and personal perspectives.	Δεν περιλαμβάνει ερευνητικό δείγμα	Συλλογικός τόμος με θεωρητικά κεφάλαια, ποιοτικές μελέτες, εμπειρικά δεδομένα, προσωπικές αφηγήσεις και εκπαιδευτικές προσεγγίσεις.	Ο λιγότερο ορατός γυναικείος αυτιστικός φαινότυπος, ενισχυμένος από κοινωνικές πιέσεις, οδηγεί σε masking, εξουθένωση, καθυστερημένη διάγνωση και ανεπαρκή στήριξη, καθιστώντας αναγκαίες νευροεπιβεβαιωτικές και διαθεματικές πρακτικές.
Cassidy, S., Robertson, A. E., Townsend, E., O'Connor, R. C., Bradley, L., & Rodgers, J. (2023).	Autism, camouflaging and suicidality: A longitudinal study. The British Journal of Psychiatry	180 προπτυχιακοί φοιτητές του Ηνωμένου Βασιλείου (76,7% γυναίκες 18–67 ετών)	Longitudinal μελέτη. Ερωτηματολόγια για camouflaging (CAT-Q), αυτοκτονικότητα, άγχος, κατάθλιψη.	Το έντονο camouflaging αποτελεί ανεξάρτητο κλινικό παράγοντα κινδύνου για αυτοκτονικότητα, καθώς λειτουργεί ως χρόνια κοινωνική πίεση που οδηγεί σε burnout και απελπισία, με αυξημένη επίπτωση στις γυναίκες.
Cat, S. (2018).	PDA by PDAers: From anxiety to avoidance and masking to meltdowns.	Δεν υπάρχει ερευνητικό δείγμα	Εκλαϊκευμένο ποιοτικό βιβλίο βασισμένο σε μαρτυρίες, προσωπικές αφηγήσεις και συλλογικό	Το masking, ως ασυνείδητος μηχανισμός επιβίωσης, συνδέεται με άγχος, burnout, απώλεια ταυτότητας και κίνδυνο κατάρρευσης ή αυτοκτονικού ιδεασμού, ενώ

			σχολιασμό από ομάδα Facebook.	συμβάλλει στην υποδιάγνωση, ιδίως στις γυναίκες.
Chapman, L., Rose, K., Hull, L., & Mandy, W. (2022).	“I want to fit in... but I don't want to change myself fundamentally”: A qualitative exploration of the relationship between masking and mental health for autistic teenagers.	20 εφήβους 13-19 ετών.	Ποιοτική μελέτη. Ημιδομημένες συνεντεύξεις. Οι συνεντεύξεις αναλύθηκαν με τη χρήση Αναστοχαστικής Θεματικής Ανάλυσης .	Το masking, ως διαρκής συμμόρφωση σε νευροτυπικές νόρμες, επιβαρύνει την ψυχική υγεία και μειώνεται με αυθεντικότητα και υποστήριξη.
Cola, M. L., Plate, S., Yankowitz, L., Petrulla, V., Bateman, L., Zampella, C. J., de Marchena, A., Pandey, J., Schultz, R. T., & Parish-Morris, J. (2020).	Sex differences in the first impressions made by girls and boys with autism.	93 παιδιά σχολικής ηλικίας (με αυτισμό και τυπική ανάπτυξη). Οι ομάδες ταυτίστηκαν ως προς το IQ, ενώ τα αγόρια και τα κορίτσια με αυτισμό ταυτίστηκαν ως προς τη σοβαρότητα των συμπτωμάτων.	Πειραματική μελέτη σύντομες συνομιλίες 5 λεπτών με άγνωστο ενήλικα. Οι αξιολογητές (μη ειδικοί) βαθμολόγησαν την κοινωνική ικανότητα, παράλληλα έγινε κλινική αξιολόγηση (ADOS-2).	Παρά παρόμοια κλινική σοβαρότητα, τα αυτιστικά κορίτσια αξιολογούνται θετικότερα κοινωνικά από τα αγόρια, ενώ οι κλινικοί τα βαθμολογούν χαμηλότερα από τα τυπικά κορίτσια.
Cook, A., Ogden, J., & Sutton, N. (2017).	Friendship motivations, challenges and the role of masking for girls with autism in contrasting school settings.	11 κορίτσια με διαγνωσμένο ASD, ηλικίας 11-17 ετών, από τυπικά και ειδικά σχολεία.	ποιοτικός σχεδιασμός με ημιδομημένες συνεντεύξεις. Θεματική ανάλυση	Ισχυρό κίνητρο για φίλιες, με χρήση στρατηγικών κάλυψης που διευκολύνουν κοινωνικά αλλά ενέχουν και κόστος.
Cook, J., Crane, L., Bourne, L., Hull, L., & Mandy, W., 2021	Camouflaging in an everyday social context: An interpersonal recall study	17 αυτιστικοί ενήλικες (8 γυναίκες, 6 άνδρες, 3 agender/gender-neutral)	Ποιοτική μελέτη IPR με βιντεοσκοπημένη αλληλεπίδραση και αναστοχασμό για το camouflaging.	Ισχυρή επιθυμία κοινωνικής αποδοχής, χρήση camouflaging με ψυχικό και διαπροσωπικό κόστος, και αναζήτηση αυθεντικής κοινωνικοποίησης ως εναλλακτικής.
Corscadden, P., & Casserly, A. M. (2021).	Identification of autism in girls: Role of trait subtleties, social acceptance and masking.	10 συμμετέχοντες συνολικά: 5 γονείς κοριτσιών με αυτισμό, 4 δασκάλους μαθητριών με αυτισμό & 1 γυναίκα με αυτισμό.	Ποιοτική μελέτη · 10 ημι-δομημένες συνεντεύξεις. Ανάλυση: Θεματική ανάλυση με χρήση Nvivo. Πλαίσιο: Pragmatist paradigm	Το masking και οι «λεπτές» εκδηλώσεις στα κορίτσια οδηγούν σε υποδιάγνωση και αυξημένη ψυχική επιβάρυνση, ιδίως στην εφηβεία.
Cremona, I. M., Carpita, M.,	Measuring social camouflaging in	Αναλύει προηγούμενες	Βιβλιογραφική ανασκόπηση για	Το masking/camouflaging συνδέεται με υπο- ή

B., Nardi, B., Casagrande, D., Stagnari, R., Amatori, G., & Dell'Osso, L. (2023).	individuals with high-functioning autism: A literature review.	έρευνες για κοινωνικό camouflaging σε άτομα υψηλής λειτουργικότητας.	camouflaging, έμφυλες διαφορές, CAT-Q και ψυχική υγεία, με συνοπτικό πίνακα μελετών.	λανθασμένη διάγνωση και ψυχολογική επιβάρυνση, με το CAT-Q ως βασικό εργαλείο μέτρησης, αναδεικνύοντας την ανάγκη για ενιαίο θεωρητικό πλαίσιο.
Davidson, J., & Orsini, M. (2013).	Worlds of autism: Across the spectrum of neurological difference.	Πρόκειται για συλλογικό ακαδημαϊκό τόμο, όχι για εμπειρική μελέτη.	Συλλογικός τόμος με θεωρητικές και φεμινιστικές αναλύσεις της αναπηρίας και της νευροδιαφορετικότητας	Αναδεικνύεται η ποικιλομορφία της αυτιστικής εμπειρίας και ο ρόλος των κοινωνικών νόρμων στο masking.
Dean, M., Harwood, R., & Kasari, C. (2017).	The art of camouflage: Gender differences in the social behaviors of girls and boys with autism spectrum disorder	96 παιδιά (48 με ASD: 24 κορίτσια, 24 αγόρια και 48 τυπικής ανάπτυξης). Ηλικίες: 6–12 ετών.	Μικτές μέθοδοι: Άμεση παρατήρηση σε σχολικά περιβάλλοντα, Κοινωνικά tasks, Ανάλυση βίντεο, Στατιστική σύγκριση αγοριών–κοριτσιών	Παρά αντίστοιχες δυσκολίες, τα κορίτσια με ASD εμφανίζουν μεγαλύτερη κοινωνική αμοιβαιότητα μέσω masking, γεγονός που συχνά αποκρύπτει τις δυσκολίες από τους εκπαιδευτικούς και οδηγεί σε υποδιάγνωση.
Dean, M., Chang, Y.-C., Shih, W., Orlich, F., & Kasari, C. (2023).	Social engagement and loneliness in school-age autistic girls and boys.	Δείγμα 58 μαθητών με αυτισμό (6–18 ετών), χωρίς νοητική αναπηρία, με διάγνωση ADOS και αντιστοίχιση φύλου σε ηλικία και IQ.	Σύγχρονος μικτός σχεδιασμός με ποσοτικά εργαλεία και ποιοτική κωδικοποίηση φυσικών σχολικών παρατηρήσεων.	Το camouflaging στα κορίτσια συνδέεται με φαινομενική κοινωνική συμμετοχή αλλά αυξημένη μοναξιά και ψυχική επιβάρυνση, οδηγώντας σε απόσυρση με την ηλικία.
Evans, J. A. (2022).	Autism camouflaging in relation to views about autism, mental health, and gender identity.	Δείγμα 248 ενηλίκων με επίσημη ή αυτοδιάγνωση ASD/Asperger, ηλικίας ≥ 18 , στρατολογημένων μέσω κοινοτήτων Facebook.	Μικτή μεθοδολογία με online ερωτηματολόγιο, ποσοτικές αναλύσεις και θεματική ανάλυση ανοικτών απαντήσεων.	Οι αρνητικές κοινωνικές στάσεις αυξάνουν άγχος και κατάθλιψη, ενώ το συναισθηματικό κόστος του masking ιδίως σε cis γυναίκες και non binary άτομα και σχετίζεται με κατάθλιψη, burnout και απώλεια αυθεντικότητας.
Fombonne, E. (2020).	Editorial: Camouflage and autism. Journal of Child Psychology and Psychiatry	Δεν περιλαμβάνει δείγμα, πρόκειται για editorial άρθρο, όχι εμπειρική μελέτη.	Κριτικό άρθρο χωρίς εμπειρικά δεδομένα για την εννοιολόγηση, μέτρηση και ερευνητικούς περιορισμούς του camouflaging.	Το camouflaging είναι εννοιολογικά ασαφές, δεν αποτελεί ξεχωριστό ή κατεξοχήν «θηλυκό» χαρακτηριστικό και απαιτεί καλύτερη θεωρητική οριοθέτηση και ισχυρότερες μελέτες.
Foucault, M. (1977).	Discipline and punish: The birth of	Δεν περιέχει δείγμα (θεωρητικό έργο –	Ιστορικο-φιλοσοφική και	Η εξουσία ασκείται μέσω επιτήρησης και

	the prison.	όχι εμπειρική μελέτη).	εννοιολογική ανάλυση της εξουσίας και των πειθαρχικών μηχανισμών.	κανονικοποίησης, οδηγώντας τα άτομα σε εσωτερική των κοινωνικών κανόνων και αυτοπειθαρχία, με το σώμα και τη συμπεριφορά να ρυθμίζονται ώστε να παράγονται «πειθήνια σώματα».
Fletcher-Watson, S., & Happé, F. (2019).	Autism: A new introduction to psychological theory and current debate	Δεν περιέχει δείγμα	Θεωρητικό και ανασκοπικό βιβλίο που συνθέτει σύγχρονη έρευνα, συγκρίνει θεωρίες και ενσωματώνει αυτιστικές αφηγήσεις, χωρίς εμπειρικό μεθοδολογικό σχεδιασμό.	Ο αυτισμός προσεγγίζεται μέσω πολλαπλών θεωριών, με έμφαση στη νευροδιαφορετικότητα, το κοινωνικό πλαίσιο και την ανάγκη εξατομικευμένων πρακτικών αντί κανονικοποίησης.
French, S. L. , 2024	“We are Living in a World Not Meant for Us”: A Study About Why Girls Are Not Allowed to be Autistic	31 αυτιστικές γυναίκες (ιατρικά διαγνωσμένες και/ή αυτοπροσδιοριζόμενες) εις βάθος ανάλυση 9 εκτεταμένων μελετών περίπτωσης διάγνωση.	Ποιοτική έρευνα ημι-δομημένες συνεντεύξεις μελέτες περίπτωσης grounded theory φεμινιστική και κριτική κοινωνιολογική προσέγγιση	Η υποδιάγνωση των γυναικών οφείλεται στην έμφυλη κοινωνικοποίηση που επιβάλλει masking· η (αυτο)διάγνωση μπορεί να λειτουργήσει ως «βιογραφικός φωτισμός» και ανακούφιση.
Gabrielsen, T. P., Begay, K., Campbell, K., Hahn, K., & Harrington, L. T. (2023).	Assessment of autism in females and nuanced presentations: Integrating research into practice.	Δεν περιέχει δείγμα	Εφαρμοστικό κλινικό εγχειρίδιο αξιολόγησης βασισμένο σε βιβλιογραφία, κλινικά μοντέλα και μελέτες περίπτωσης, όχι εμπειρική μελέτη.	Ο γυναικείος αυτιστικός φαινότυπος, με υψηλό masking, οδηγεί σε καθυστερημένη διάγνωση και αυξημένη ψυχική επιβάρυνση, απαιτώντας έμφυλα ευαίσθητη αξιολόγηση.
Goscicki, J., Scoggins, J., Herrera Espinosa, I., & Hodapp, R. M. (2025).	A “round, bruising sort of pain”: Autistic girls’ social camouflaging in inclusive high school settings	Δείγμα 31 μητέρων–κοριτσιών με αυτισμό (13–18 ετών), κλινικά διαγνωσμένων, ενταγμένων κυρίως στη γενική εκπαίδευση, με υψηλή συννοσηρότητα (κυρίως άγχος).	Ποιοτική μελέτη με χρήση ερωτηματολογίων και ημι-δομημένων συνεντεύξεων θεματική ανάλυση ποιοτικών δεδομένων.	Όλα τα αυτιστικά κορίτσια ανέφεραν camouflaging κυρίως στο σχολείο, το οποίο συνδέθηκε με άγχος και εξάντληση—ιδίως σε περιπτώσεις καθυστερημένης διάγνωσης—ενώ οι νευροδιαφορετικές φίλιες λειτούργησαν προστατευτικά.
Grant, M. J., & Booth, A.	A typology of reviews: An analysis	Ανάλυση δημοσιευμένων και	Θεωρητική/ μεθοδολογική	Διαπιστώνεται ασάφεια και επικάλυψη ορολογίας στη

(2009).	of 14 review types and associated methodologies.	αδημοσίευτων βιβλιογραφικών ανασκοπήσεων και μεθοδολογικών κειμένων.	ανασκόπηση που χαρτογραφεί 14 τύπους βιβλιογραφικής ανασκόπησης με βάση το πλαίσιο SALSA.	βιβλιογραφία και επισημαίνεται η ανάγκη σαφέστερης μεθοδολογικής διαφοροποίησης των review τύπων.
Grzeszak, A., & Pisula, E. (2025).	Experiences of females on the autism spectrum through the perspective of minority stress theory: A review.	Συνολικά 104 πρωτογενείς μελέτες (ποσοτικές, ποιοτικές και μικτής μεθόδου) για αυτιστικά κορίτσια και γυναίκες, δημοσιευμένες από το 2013 και μετά.	Αφηγηματική ανασκόπηση με συστηματική αναζήτηση (Web of Science, Scopus), σαφή κριτήρια επιλογής και διαδικασία σύμφωνα με PRISMA.	Οι αυτιστικές γυναίκες βιώνουν διατομεακό minority stress που ενισχύει το masking και επιβαρύνει την ψυχική υγεία, συμβάλλοντας στη διαμόρφωση γυναικείου αυτιστικού φαινότυπου.
Grove, R., Clapham, H., Moodie, T., Gurrin, S., & Hall, G. (2025).	“Nothing about us, without us”: Research priorities for autistic girls, women and gender diverse people in Australia.	Αυτιστικά κορίτσια, γυναίκες και gender-diverse άτομα: συνεντεύξεις (16 νέοι, 31 ενήλικες) και online έρευνα (81 νέοι, 330 ενήλικες), με επίσημη ή αυτοδιάγνωση.	Συμμετοχική διαδοχική μικτή μελέτη με συνεντεύξεις και online ερωτηματολόγιο για καθορισμό ερευνητικών προτεραιοτήτων.	Κύριες προτεραιότητες ήταν η ψυχική υγεία και η υποστήριξη ζωής, με τα έμφυλα πρότυπα να ενισχύουν το επιβαρυντικό masking και την ανάγκη για autistic-led έρευνα.
Halladay, A. K., Bishop, S., Constantino, J. N., Daniels, A. M., Koenig, K., Palmer, K., Messinger, D., Pelphrey, K., Sanders, S. J., Singer, A. T., Taylor, J. L., & Szatmari, P. (2015).	Sex and gender differences in autism spectrum disorder: Summarizing evidence gaps and identifying emerging areas of priority.	Δεν περιλαμβάνει δείγμα – άρθρο σύνοψης επιστημονικής συνάντησης (expert consensus)	Αφηγηματική σύνθεση βιβλιογραφίας και σύνοψη επιστημονικού workshop (expert consensus).	Υπάρχουν σαφείς διαφορές φύλου στην έκφραση και διάγνωση του αυτισμού. Η υποδιάγνωση των γυναικών οφείλεται σε διαγνωστικές προκαταλήψεις και διαφοροποιημένο φαινότυπο. Υπογραμμίζεται η ανάγκη για φύλο-ευαίσθητη έρευνα και κλινική πρακτική.
Halsall, J., Clarke, C., & Crane, L. (2021).	“Camouflaging” by adolescent autistic girls who attend both mainstream and specialist resource classes: Perspectives of girls, their mothers and their educators	8 αυτιστικά κορίτσια εφηβικής ηλικίας (12–15 ετών), 8 μητέρες, 7 εκπαιδευτικοί.	Ποιοτική μελέτη με ημιδομημένες συνεντεύξεις (κορίτσια, μητέρες, εκπαιδευτικοί), αναστοχαστική θεματική ανάλυση στο πλαίσιο του κοινωνικού μοντέλου αναπηρίας, με το	Όλα τα κορίτσια εφαρμόζουν masking στο σχολείο συχνά αναποτελεσματικά, με κόστος εξάντληση, άγχος, καθυστερημένη διάγνωση και απώλεια εκπαιδευτικών ευκαιριών, ενώ οι νευροδιαφορετικές σχέσεις λειτουργούν ως χώροι ασφάλειας.

			CAT-Q	
Haney, J. L. (2016).	Autism, females, and the DSM-5: Gender bias in autism diagnosis.	Δεν χρησιμοποιείται εμπειρικό δείγμα.	Θεωρητική–κριτική ανασκόπηση των κριτηρίων DSM-5 και των έμφυλων διαφορών στη διάγνωση του αυτισμού.	Τα ανδροκεντρικά κριτήρια του DSM-5 συμβάλλουν σε υπο- ή καθυστερημένη διάγνωση κοριτσιών και γυναικών, καθώς το masking και τα κλινικά στερεότυπα αποκρύπτουν τον γυναικείο αυτιστικό φαινότυπο, αναδεικνύοντας την ανάγκη για φύλο-ευαίσθητες διαγνωστικές πρακτικές.
Happé, F., & Frith, U. (2020).	Annual research review: Looking back to look forward—Changes in the concept of autism and implications for future research.	Δεν έχει δείγμα	Θεωρητική–ιστορική ανασκόπηση της εξέλιξης της έννοιας του αυτισμού.	Ο αυτισμός νοείται πλέον ως ευρύ, δια βίου και ετερογενές φάσμα, με πολλαπλά γνωσιακά μοντέλα και ανάγκη ολοκληρωμένων, νευροδιαφορετικά προσανατολισμένων προσεγγίσεων.
Happé, F. (1994)	An advanced test of theory of mind: Understanding of story characters' thoughts and feelings by able autistic, mentally handicapped, and normal children and adults.	<ul style="list-style-type: none"> • Αυτιστικοί έφηβοι & ενήλικες υψηλής λειτουργικότητας • Άτομα με νοητική αναπηρία • Τυπικά αναπτυσσόμενοι συμμετέχοντες 	Συγκριτική γνωστική μελέτη με χρήση προηγμένων αφηγηματικών δοκιμασιών Theory of Mind (μη κυριολεκτικός λόγος, ειρωνεία, μεταφορές).	Τα αυτιστικά άτομα παρουσιάζουν δυσκολίες σε σύνθετες κοινωνικές-γνωστικές καταστάσεις, ακόμη και όταν διαθέτουν υψηλές γνωστικές και γλωσσικές δεξιότητες. Οι δυσκολίες αυτές αντανακλούν ποιοτικές διαφορές στην κοινωνική κατανόηση και δεν οφείλονται σε γενικευμένη γνωστική καθυστέρηση.
Hendrickx, S. (2024)	Women and Girls on the Autism Spectrum	Δεν περιέχει δείγμα	Θεωρητικό βιβλίο βασισμένο σε κλινική εμπειρία, αφηγήσεις αυτιστικών γυναικών και κριτική βιβλιογραφίας, όχι εμπειρική μελέτη.	Το masking, ενισχυμένο από κοινωνικές και έμφυλες προσδοκίες, οδηγεί σε υποδιάγνωση κοριτσιών, ψυχική επιβάρυνση και έναν λιγότερο ορατό γυναικείο αυτιστικό φαινότυπο.
Hull, L., Mandy, W., Lai, M.-C., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., & Petrides, K. V. (2019).	Development and validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q)	Συμμετείχαν 832 ενήλικες (354 αυτιστικοί και 478 μη αυτιστικοί), άνδρες και γυναίκες, ηλικίας 16–82 ετών.	Ανάπτυξη και ψυχομετρική αξιολόγηση του CAT-Q μέσω διαδικτυακής έρευνας, με παραγοντικές αναλύσεις και ελέγχους αξιοπιστίας και εγκυρότητας.	Παρουσίασε υψηλή αξιοπιστία και εγκυρότητα σε αυτιστικούς και μη αυτιστικούς πληθυσμούς. Τα υψηλότερα επίπεδα camouflaging συσχετίστηκαν με αυξημένο άγχος και κατάθλιψη και μειωμένη ευεξία, ιδιαίτερα στους αυτιστικούς συμμετέχοντες
Hull, L., Levy, L., Lai, M. C.,	Is social camouflaging	Δείγμα 305 αυτιστικών	Ποσοτική διατομεακή μελέτη	Υψηλότερο camouflaging συσχετίστηκε γραμμικά με

Petrides, K. V., associated with Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., & Mandy, W. (2021).	anxiety and depression in autistic adults?	ενήλικων (18–75 ετών), άνδρες, γυναίκες και λίγα μη δυαδικά άτομα, κυρίως αγγλόφωνοι από Ηνωμένο Βασίλειο και Βόρεια Αμερική.	με online ερωτηματολόγια και παλινδρομήσεις για τη σχέση camouflaging– άγχους/κατάθλιψης.	αυξημένο γενικευμένο και κοινωνικό άγχος και, σε μικρότερο βαθμό, κατάθλιψη, ανεξάρτητα από ηλικία και αυτιστικά χαρακτηριστικά, χωρίς διαφορές φύλου.
Hull, L., Mandy, W., Lai, M.-C., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., & Petrides, K. V. (2017).	“Putting on my best normal”: Social camouflaging in adults with autism spectrum conditions.	Δείγμα 92 αυτιστικών ενηλίκων από 15 εθνικότητες, στρατολογημένων μέσω της Cambridge Autism Research Database και κοινωνικών δικτύων.	Ποιοτική μελέτη με διαδικτυακό ερωτηματολόγιο και επαγωγική θεματική ανάλυση για το κοινωνικό καμουφλάρισμα.	Η θεματική ανάλυση ανέδειξε κίνητρα, μορφές (masking/compensation) και συνέπειες του καμουφλαρίσματος, με βασικά την εξάντληση, το άγχος, τη μειωμένη πρόσβαση σε υποστήριξη και την απώλεια αυθεντικότητας.
Hull, L., Petrides, K. V., & Mandy, W. (2020).	The female autism phenotype and camouflaging: A narrative review. Review Journal of Autism and Developmental Disorders	Δεν υπάρχει πρωτογενές δείγμα	Αφηγηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας σχετικά με τον Γυναικείο Αυτιστικό Φαινότυπο και το camouflaging, με σύνθεση ποσοτικών, ποιοτικών και κλινικών μελετών.	Υποστηρίζεται η ύπαρξη γυναικείου αυτιστικού φαινοτύπου· οι γυναίκες χρησιμοποιούν συχνότερα camouflaging, γεγονός που οδηγεί σε υποδιάγνωση και σχετίζεται με αυξημένο ψυχολογικό φορτίο.
Jordan, D. (2021).	Autistic teenage girls’ lived experiences of masking	Δείγμα 4 αυτιστικών έφηβων κοριτσιών (16–18 ετών) στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση στην Ιρλανδία, με εκτεταμένη χρήση masking βάσει ερωτηματολογίου διαλογής.	Αμιγώς ποιοτική μελέτη με ημιδομημένες συνεντεύξεις και ανάλυση μέσω Ερμηνευτικής Φαινομενολογικής Ανάλυσης (IPA).	Το masking αναδείχθηκε ως αναγκαία στρατηγική κοινωνικής προσαρμογής με σημαντικό ψυχικό και σωματικό κόστος, από την οποία τα αυτιστικά έφηβα κορίτσια επιδιώκουν να απομακρυνθούν σε ασφαλή πλαίσια σχέσεων.
Joy, J., & Mia, C. (2024).	How not to fit in: An unapologetic guide to navigating autism and ADHD.	Δεν χρησιμοποιείται τυπικό δείγμα· βασίζεται σε προσωπικές εμπειρίες, αφηγήσεις online κοινότητας και επιλεκτικές επιστημονικές πηγές.	Ποιοτική–αφηγηματική προσέγγιση με αυτοβιογραφικές αφηγήσεις και σύνδεση εμπειριών με θεωρίες νευροδιαφορετικότητας.	Η νευροδιαφορετικότητα υποδιαγιγνώσκεται ιδίως στις γυναίκες, με το masking και την εξουθένωση να αντανakλούν κοινωνικά εμπόδια, ενώ το κοινωνικό μοντέλο και οι κατάλληλες προσαρμογές βελτιώνουν την ψυχική υγεία.
Kaat, A. J.,	Sex differences in	Το δείγμα	Integrative data	Οι διαφορές φύλου στη

Shui, A. M., Ghods, S. S., Farmer, C. A., Esler, A. N., Thurm, A., Georgiades, S., Bennett, T. A., Bishop, S. L., & Lord, C. (2020).	scores on standardized measures of autism symptoms: A multisite integrative data analysis.	περιλάμβανε 8.985 άτομα με ΔΑΦ, ηλικίας 12 μηνών έως <18 ετών, από 8 ερευνητικά δίκτυα. Το 84% ήταν αγόρια.	analysis με μικτά γραμμικά μοντέλα, εξετάζοντας 10 δείκτες αυτιστικών συμπτωμάτων (ADOS, ADI-R, SRS) με έλεγχο ηλικίας, NVIQ και γλώσσας, και το φύλο ως παράγοντα.	σοβαρότητα των αυτιστικών συμπτωμάτων ήταν μικρές και μη συστηματικές, χωρίς σαφείς ενδείξεις ότι τα τυποποιημένα εργαλεία υποεκτιμούν τη σοβαρότητα στα ήδη διαγνωσμένα κορίτσια.
Kapp, S. K. (Ed.). (2020).	Autistic community and the neurodiversity movement: Stories from the frontline	Το έργο βασίζεται σε 21 συνεισφέροντες, κυρίως αυτιστικούς ακτιβιστές και αυτοϋπερασπιστές από ΗΠΑ και Ηνωμένο Βασίλειο.	Ποιοτική, ερμηνευτική και ιστορικο-κοινωνιολογική προσέγγιση με αυτοβιογραφικές αφηγήσεις, ιστορική ανάλυση του κινήματος της νευροδιαφορετικότητας και έμφαση στη standpoint epistemology.	Μέσα από αυτιστικές φωνές και ιστορικο-κοινωνιολογική ανάλυση, το έργο προβάλλει το κίνημα της νευροδιαφορετικότητας, επαναπροσδιορίζοντας τον αυτισμό ως ταυτότητα και τονίζοντας τα δικαιώματα, τις προσαρμογές και την αυτοδιάθεση.
Katy, E. (2024).	Girl unmasked: How uncovering my autism saved my life.	Δεν περιέχει δείγμα	Ποιοτική αφηγηματική προσέγγιση με αυτοβιογραφική αφήγηση, αναστοχασμό εμπειριών αυτισμού χωρίς διάγνωση και ενσωμάτωση σχετικής βιβλιογραφίας.	Ο αυτισμός στις γυναίκες συχνά μένει αδιάγνωστος, με το masking και τις αισθητηριακές δυσκολίες να επιβαρύνουν την ψυχική υγεία, ενώ η διάγνωση και η νευροδιαφορετική προσέγγιση προσφέρουν αυτοκατανόηση και ανακούφιση.
Lai, M.-C., Lombardo, M. V., Auyeung, B., Chakrabarti, B., & Baron-Cohen, S. (2015).	Sex/gender differences and autism: Setting the scene for future research.	Τελική ανασκόπηση: 329 μελέτες σχετικές με φύλο/γένος και αυτισμό	Θεματική-συστηματική ανασκόπηση χωρίς πρωτογενή δεδομένα, με οργάνωση των ευρημάτων σε τέσσερις άξονες: διάγνωση, έμφυλες ομοιότητες/διαφορές, γενικά αιτιολογικά μοντέλα και ειδικούς	Η αναλογία φύλου στον αυτισμό είναι μικρότερη από ό,τι θεωρούνταν και επηρεάζεται από ανδροκεντρικά διαγνωστικά κριτήρια, με τις γυναίκες να εμφανίζουν διαφορετική έκφραση, αυξημένο masking και καθυστερημένη διάγνωση. προτείνεται το female protective effect και πολυπαραγοντική, έμφυλα διαφοροποιημένη αιτιολογία.

αναπτυξιακούς
μηχανισμούς.

- Lai, M.-C., Lombardo, M. V., Ruigrok, A. N. V., Chakrabarti, B., Wheelwright, S. J., Auyeung, B., Allison, C., & Baron-Cohen, S. (2016). Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. 60 ενήλικες με αυτισμό (30 γυναίκες, 30 άνδρες) (18–49 ετών) Χωρίς νοητική αναπηρία Ταιριασμένοι ως προς ηλικία και IQ Ποσοτική διατομεακή μελέτη που μετρά το camouflaging ως ασυμφωνία μεταξύ συμπεριφοράς και εσωτερικών χαρακτηριστικών, με σύνθετο δείκτη και συμπληρωματικά ψυχομετρικά και νευροαπεικονιστικά μέτρα. Οι γυναίκες εμφάνισαν υψηλότερο camouflaging από τους άνδρες. Το camouflaging δεν σχετιζόταν με ηλικία ή IQ. Υψηλότερο camouflaging: σχετίστηκε με περισσότερη κατάθλιψη στους άνδρες, με καλύτερη ανίχνευση ερεθισμάτων στις γυναίκες. Οι εγκεφαλικές συσχετίσεις ήταν φύλο-εξαρτώμενες (μόνο στις γυναίκες)
- Livingston, L. A., Shah, P., Milner, V., & Happé, F. (2020). Quantifying compensatory strategies in adults with and without diagnosed autism. 117 ενήλικες (58 με διάγνωση αυτισμού, 59 χωρίς), ηλικίας 18–77 ετών, κυρίως γυναίκες και νοητικά υψηλής λειτουργικότητας. Ποσοτική, διατομεακή συσχετιστική μελέτη με αυτοαναφερόμενα δεδομένα. Online μελέτη με ελεύθερες γραπτές απαντήσεις για κοινωνικές στρατηγικές. Κωδικοποίηση με checklist 31 στρατηγικών αντιστάθμισης (masking, ρηχή, βαθιά αντιστάθμιση, accommodation). Συμπλήρωση AQ-10 και επιπέδου εκπαίδευσης. Μεγαλύτερη αντιστάθμιση σχετίζεται με περισσότερα αυτιστικά χαρακτηριστικά και υψηλότερη εκπαίδευση. Η διάγνωση αυτισμού δεν προβλέπει την αντιστάθμιση όταν ελεγχθούν αυτά τα δύο. Δεν βρέθηκαν διαφορές ως προς φύλο ή ηλικία διάγνωσης.
- Lockwood-Estrin, G., Milner, V., Spain, D., Happe, F., & Colvert, E. (2020). Barriers to autism spectrum disorder diagnosis for young women and girls: A systematic review. 20 μελέτες Μικτή συστηματική ανασκόπηση Αναζήτηση σε 4 βάσεις δεδομένων Θεματική ανάλυση ποσοτικών & ποιοτικών δεδομένων Αξιολόγηση ποιότητας (CASP) Καθυστερημένη/λιγότερο συχνή διάγνωση στα κορίτσια Ηπιότερη ή «άτυπη» συμπτωματολογία. Κοινωνική μάσκα (camouflaging). Αυτισμός αντιλαμβάνεται ως «ανδρική» διαταραχή. Μεροληψία επαγγελματιών & έλλειψη πληροφόρησης
- Malone, D., Keating, K., & Ryan, C. A qualitative exploration of the experiences of 6 έφηβες με ΔΑΦ, 12–18 ετών, σε CAMHS (Ιρλανδία), συνεντεύξεις Ποιοτική μελέτη με ημι-δομημένες συνεντεύξεις Ο αυτισμός και η ψυχική υγεία αλληλεπιδρούν στενά, με κοινωνικές δυσκολίες και

(2025).	autistic adolescent girls and their mental health difficulties: A transdiagnostic approach.	με συννοσηρές ψυχικές διαταραχές	Ανάλυση με Interpretative Phenomenological Analysis (IPA).	σχολικές μεταβάσεις να επιβαρύνουν ιδιαίτερα τα αυτιστικά κορίτσια, αναδεικνύοντας την ανάγκη για gender-sensitive, ευέλικτες και transdiagnostic παρεμβάσεις.
Mandy, W. (2019).	Social camouflaging in autism: Is it time to lose the mask?	Δεν υπάρχει πρωτογενές δείγμα (editorial). Βασίζεται σε προηγούμενες μελέτες με αυτιστικούς εφήβους και ενήλικες	Αφηγηματική ανασκόπηση σύγχρονης βιβλιογραφίας για το social camouflaging στον αυτισμό	Το camouflaging είναι συχνό, ιδιαίτερα στις γυναίκες. Κίνητρα: αποφυγή εκφοβισμού και κοινωνικής απόρριψης. Συνδέεται με άγχος, κατάθλιψη, εξάντληση και καθυστερημένη διάγνωση. Αναδεικνύεται ο ρόλος του κοινωνικού περιβάλλοντος στην ψυχική δυσφορία
Mandy, W., & Lai, M.-C. (2017).	Towards sex- and gender-informed autism research.	Δευτερογενής ανάλυση μελετών από ειδικό τεύχος δείγματα παιδιών, εφήβων και ενηλίκων με αυτισμό, και των δύο φύλων, από 10 χώρες.	Αφηγηματική επισκόπηση και σύνθεση ευρημάτων ποσοτικών και ποιοτικών μελετών σχετικά με διαφορές φύλου στον αυτισμό.	Ο αυτισμός στις γυναίκες υποδιαγιγνώσκεται. Τα διαγνωστικά εργαλεία είναι λιγότερο ευαίσθητα στα γυναικεία προφίλ. Συχνότερο camouflaging και λιγότερο εμφανείς επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές.
Miller, D., Rees, J., & Pearson, A. (2021).	Experiences of masking in autistic and nonautistic adults.	238 ενήλικες: 144 αυτιστικά άτομα, 49 νευροδιαφορετικά χωρίς διάγνωση αυτισμού και 45 νευροτυπικά άτομα. Στρατολόγηση μέσω κοινωνικών δικτύων.	Ποιοτική μελέτη με διαδικτυακό ερωτηματολόγιο και ανοιχτή ερώτηση για εμπειρίες masking. Ανάλυση δεδομένων με επαγωγική θεματική ανάλυση.	Το masking εμφανίζεται σε αυτιστικά και μη αυτιστικά άτομα και συνδέεται με εξάντληση και απώλεια ταυτότητας. Στα αυτιστικά άτομα παρατηρούνται επιπλέον αισθητηριακή καταστολή, απόκρυψη stimming και σοβαρότερες ψυχικές επιπτώσεις.
Mannion, A., & Leader, G. (2013).	Comorbidity in autism spectrum disorder: A literature review.	Δεν υπήρχε πρωτογενές δείγμα· ανασκόπηση ερευνητικών μελετών σε βρέφη, παιδιά και ενήλικες με ΔΑΦ	Αφηγηματική ανασκόπηση βιβλιογραφίας για ψυχιατρικές και ιατρικές συννοσηρότητες	Τα άτομα με αυτισμό εμφανίζουν υψηλή ψυχική και σωματική συννοσηρότητα, η οποία συχνά υποεκτιμάται λόγω masking, επηρεάζει τη λειτουργικότητα και αυξάνει το stress, με τα κορίτσια να διατρέχουν ιδιαίτερο κίνδυνο καθυστερημένης διάγνωσης.
Mantzas, J., Richdale, A. L., & Dissanayake, C. (2022).	A conceptual model of risk and protective factors for autistic burnout	Δεν υπήρχε πρωτογενές δείγμα.	Θεωρητική/ενοσιολογική μελέτη. Ανασκόπηση βιβλιογραφίας και ανάπτυξη ενοσιολογικού μοντέλου (CMAB).	Το autistic burnout απορρέει από ανισορροπία απαιτήσεων-πόρων, ενισχύεται από masking, αισθητηριακή υπερφόρτωση και στίγμα, και μετριαζεται από κοινωνική υποστήριξη, αυτογνωσία και

Marsh, W. W. (2022).	Recognizing autism in women and girls: When it has been hidden well.	Ποιοτικό–κλινικό έργο βασισμένο σε κλινική εμπειρία, υποθετικά γυναικεία προφίλ και αφηγήσεις αυτιστικών γυναικών.	Ποιοτική–ερμηνευτική προσέγγιση βασισμένη σε κλινική εμπειρία, ανάλυση DSM-5 κριτηρίων και υποθετικά γυναικεία προφίλ	κοινότητα. Ο αυτισμός σε γυναίκες συχνά αποκρύπτεται μέσω masking, οδηγώντας σε καθυστερημένη ή λανθασμένη διάγνωση
Mazzone, L., Siracusano, M., & Pelphrey, K. A. (Eds.). (2024).	Autism spectrum disorder: Understanding the female phenotype.	Δευτερογενή δείγματα από προηγούμενες κλινικές και αναπτυξιακές μελέτες σε παιδιά, εφήβους και ενήλικες με ASD	Ανασκοπικές και συγκριτικές μελέτες φύλου με κλινική αξιολόγηση, ερωτηματολόγια γονέων, διαχρονικό και πειραματικό σχεδιασμό.	Παρότι ο λόγος αγοριών:κοριτσιών (~4:1) παραμένει υψηλός, τα κορίτσια συχνά υποδιαγιγνώσκονται λόγω καλύτερων κοινωνικο-γλωσσικών δεξιοτήτων, camouflaging, «τυπικών» ενδιαφερόντων και ανδροκεντρικών εργαλείων, με καθυστερημένη διάγνωση κυρίως σε άτομα με IQ >70.
McKinney, A., O'Brien, S., Maybin, J. A., Chan, S. W. Y., Richer, S., & Rhodes, S. (2024).	Camouflaging in neurodivergent and neurotypical girls at the transition to adolescence and its relationship to mental health: A participatory methods research study.	106 κορίτσια 11–14 ετών 70 νευροδιαφορετικά (Αυτισμός, ADHD και/ή DCD) 36 νευροτυπικά	Ποσοτική, συμμετοχική μελέτη Ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς για:camouflagingάγχος & κατάθλιψη Στατιστικές αναλύσεις με έλεγχο ηλικίας	Το camouflaging εμφανίζεται από την πρώιμη εφηβεία, αυξάνεται με την ηλικία και συνδέεται με άγχος και κατάθλιψη, με τα νευροδιαφορετικά κορίτσια να βιώνουν μεγαλύτερη αίσθηση «προσποίησης».
Middletown Centre for Autism. (2021).	Autism and managing anxiety.	Δεν υπάρχει συγκεκριμένο ερευνητικό δείγμα. Το βιβλίο βασίζεται σε αυτιστικά παιδιά και εφήβους σχολικής ηλικίας, μέσα από κλινική και εκπαιδευτική εμπειρία και μελέτες περίπτωσης	Ποιοτική, πρακτικά προσανατολισμένη προσέγγιση με ανασκόπηση βιβλιογραφίας, θεωρητικά μοντέλα και εφαρμοσμένες στρατηγικές παρέμβασης	Το άγχος είναι πολύ συχνό στον αυτισμό και συνδέεται με την κοινωνική επικοινωνία, την αισθητηριακή επεξεργασία και την ανάγκη για προβλεψιμότητα. Οι παρεμβάσεις είναι πιο αποτελεσματικές όταν είναι εξατομικευμένες και δομημένες
Milner, V., McIntosh, H., Colvert, E., & Happé, F. (2019).	A qualitative exploration of the female experience of autism spectrum disorder (ASD).	22 συμμετέχοντες:18 γυναίκες στο φάσμα του αυτισμού (16 διαγνωσμένες, 2 αυτοδιαγνωσμένες), 4 μητέρες κοριτσιών με αυτισμό. Ηλικίες: 11–55 ετών,	Ποιοτική μελέτη, Ατομικές & ομαδικές συνεντεύξεις, Ημι-δομημένος οδηγός θεμάτων, Θεματική ανάλυση (Braun & Clarke)	Οι γυναίκες με αυτισμό παρουσιάζουν έντονη κοινωνική επιθυμία αλλά σχεσιακές δυσκολίες, συχνό camouflaging με καθυστερημένη διάγνωση, υψηλή ψυχική και αισθητηριακή επιβάρυνση λόγω έμφυλης πίεσης, καθώς

Ηνωμένο Βασίλειο

και διακριτά θετικά χαρακτηριστικά.

National Autistic Society. (n.d.).	Autistic women and girls.	Δεν υπάρχει δείγμα ενημερωτικό/εκπαιδευτικό υλικό βασισμένο σε σύνοψη ερευνητικών ευρημάτων και εμπειριών αυτιστικών γυναικών.	Ανασκόπηση επιστημονικών μελετών Χρήση στατιστικών στοιχείων Παρουσίαση ποιοτικών μαρτυριών	Οι γυναίκες και τα κορίτσια στο φάσμα υποδιαγιγνώσκονται. Συχνό masking, που οδηγεί σε άγχος. Τα διαγνωστικά εργαλεία βασίζονται σε ανδρικά πρότυπα. Η πραγματική αναλογία φύλων είναι περίπου 3:1
Nichols, S., Moravcik, G., & Tetenbaum, S. (2009).	Girls growing up on the autism spectrum: What parents and professionals should know about the pre-teen and teenage years.	Δεν υπάρχει ερευνητικό δείγμα βασίζεται σε κλινική εμπειρία, βιβλιογραφία και αφηγήσεις/παραδείγματα κοριτσιών και γυναικών στο φάσμα.	Εγχειρίδιο βασισμένο σε συνδυασμό κλινικής εμπειρίας, ερευνητικών ευρημάτων, συνεντεύξεων με οικογένειες και πραγματικών ιστοριών κοριτσιών στο φάσμα.	Τα κορίτσια υποδιαγιγνώσκονται λόγω ανδροκεντρικών κριτηρίων, εμφανίζουν camouflaging με επιφανειακή κοινωνικότητα αλλά υψηλή εσωτερική δυσφορία, αυξημένο κίνδυνο ψυχικών δυσκολιών και ευαλωτότητα, με την εφηβεία να εντείνει το masking και την επιβάρυνση.
O'Connor, C., Doherty, A., Ryan-Enright, B., & Gaynor, K. (2023).	Perspectives of autistic adolescent girls and women on the determinants of their mental health and social and emotional well-being: A systematic review and thematic synthesis of lived experience.	δείγμα 973 αυτιστικών κοριτσιών/γυναικών ηλικίας 13–70+ από 52 ποιοτικές/μικτές μελέτες.	Συστηματική ανασκόπηση και θεματική σύνθεση ποιοτικών αυτοαναφορών (PRISMA). Θεματική σύνθεση (thematic synthesis) δεδομένων «ζωντανής εμπειρίας».	Η ψυχική υγεία επηρεάζεται κυρίως από: μη προσαρμοσμένο νευροτυπικό περιβάλλον, στίγμα, bullying και masking, προστατευτικό ρόλο της αποδοχής αυτιστικής ταυτότητας. Το πρόβλημα δεν είναι ο αυτισμός, αλλά το κοινωνικό πλαίσιο.
Oliver, M. (1990).	The politics of disablement.	Δεν υπάρχει ερευνητικό δείγμα. Το βιβλίο βασίζεται σε θεωρητικά κείμενα, πολιτικές για την αναπηρία και κοινωνικά παραδείγματα	Κριτική κοινωνιολογική και μαρξιστική ανάλυση. Σύγκριση ιατρικού και κοινωνικού μοντέλου αναπηρίας	Το κοινωνικό μοντέλο αντιλαμβάνεται την αναπηρία ως προϊόν κοινωνικών εμποδίων και κανονιστικών δομών, αναδεικνύοντας το masking στα αυτιστικά κορίτσια ως πίεση συμμόρφωσης και ζήτημα δικαιωμάτων.
Pearson, A., & Rose, K. (2020).	A conceptual analysis of autistic masking: Understanding the narrative of stigma and the illusion of	δεν υπάρχει πρωτογενές δείγμα συμμετεχόντων	Εννοιολογική/θεωρητική ανάλυση προηγούμενης βιβλιογραφίας και θεωριών (στίγμα,	Το autistic masking είναι αντίδραση στο κοινωνικό στίγμα, όχι ελεύθερη επιλογή. Συνδέεται με burnout και ψυχική επιβάρυνση. Δεν αφορά μόνο τις γυναίκες· η σύνδεση

	choice.		κοινωνική ταυτότητα).	με «female autism» ενισχύει στερεότυπα.
Pisula, E., Pudło, M., Słowińska, M., Kawa, R., Strzaska, M., Banasiak, A., & Wolańczyk, T. (2016).	Behavioral and emotional problems in high-functioning girls and boys with autism spectrum disorders: Parents' reports and adolescents' self-reports.	<ul style="list-style-type: none"> • 35 κορίτσια & 35 αγόρια με ASD (HF), ηλικίας 11–18. • 24 τυπικά κορίτσια & 24 τυπικά αγόρια ως ομάδες ελέγχου. 	Ποσοτική μελέτη με αυτοαναφορές εφήβων (YSR) και αναφορές γονέων (CBCL), με συγκρίσεις ομάδων και φύλου μέσω ANOVA.	Οι έφηβοι με ΔΑΦ είχαν περισσότερα συναισθηματικά/συμπεριφορικά προβλήματα από την ομάδα ελέγχου. Δεν βρέθηκαν διαφορές φύλου. Οι γονείς ανέφεραν περισσότερα προβλήματα από τους ίδιους τους εφήβους με ΔΑΦ.
Raymaker, D. M., Teo, A. R., Steckler, N. A., Lentz, B., Scharer, M., Delos Santos, A., Kapp, S. K., Hunter, M., Joyce, A., & Nicolaidis, C. (2020).	“Having all of your internal resources exhausted beyond measure and being left with no clean-up crew”: Defining autistic burnout.	19 ενήλικες με διάγνωση αυτισμού(21–65 ετών) + 19 αφιερωμένα δημόσια online αρχεία (blogs, forums) με εμπειρίες burnout.	Ποιοτική θεματική ανάλυση. Community-based participatory research Ανάλυση εμπειριών burnout και σύγκριση με κατάθλιψη & εργασιακό burnout.	Το autistic burnout είναι διακριτό φαινόμενο που προκύπτει από χρόνια στρες και υπέρβαση απαιτήσεων, με βασικά χαρακτηριστικά την εξάντληση, απώλεια λειτουργικότητας και αισθητηριακή υπερευαισθησία, και μετριάζεται μέσω αποδοχής, υποστήριξης και προσαρμογών.
Russo, F. (2018, February 21).	The costs of camouflaging autism.	το άρθρο δεν περιλαμβάνει πρωτογενές ερευνητικό δείγμα.	Δευτερογενής, αφηγηματική ανασκόπηση επιστημονικών ερευνών με ποιοτικά παραδείγματα γυναικών.Σύνθεση ευρημάτων από προηγούμενες ποσοτικές και ποιοτικές μελέτες και αφηγήσεις περιπτώσεων.	Οι γυναίκες καμουφλάρουν συστηματικά τα αυτιστικά χαρακτηριστικά Το camouflaging οδηγεί σε υποδιάγνωση Προκαλεί έντονη ψυχική και σωματική εξάντληση Η διάγνωση βοηθά στην αυτοκατανόηση αλλά έχει και κοινωνικό κόστος
Rynkiewicz, A., Schuller, B., Marchi, E., Piana, S., Camurri, A., Lassalle, A., & Baron-Cohen, S. (2016).	An investigation of the ‘female camouflage effect’ in autism using a computerized ADOS-2 and a test of sex/gender differences.	33 παιδιά με αυτισμό υψηλής λειτουργικότητας (16 κορίτσια, 17 αγόρια), ηλικίας 5–10 ετών, με φυσιολογικό ή υψηλό IQ	Εμπειρική ποσοτική μελέτη με υπολογιστική ανάλυση χειρονομιών κατά το ADOS-2 (Kinect, EyesWeb) και συμπληρωματικά κοινωνικογνωστικά τεστ.	Τα κορίτσια παρουσίασαν πιο εκφραστικές χειρονομίες που καμουφλάρουν τον αυτισμό, παρά χαμηλότερη αναγνώριση συναισθημάτων, αυξάνοντας τον κίνδυνο υποδιάγνωσης («female camouflage effect»).
Sedgewick, F., Hull, L., & Ellis, H. (2021).	Autism and masking: How and why people do it, and the impact it can have.	Δεν έχει δείγμα.	Αφηγηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση με ερευνητικά ευρήματα και	Τα ευρήματα δείχνουν ότι το masking είναι συχνό στα αυτιστικά άτομα και, αν και διευκολύνει πρόσκαιρα την

			μαρτυρίες για το masking.	κοινωνική προσαρμογή, συνδέεται με ψυχική δυσφορία, καθυστερημένη διάγνωση και αυξημένο κίνδυνο εξουθένωσης.
Seers, K., & Hogg, R. C. (2021).	“You don’t look autistic”: A qualitative exploration of women’s experiences of being the “autistic other.”	8 ενήλικες αυτιστικές γυναίκες ηλικίας 24–53 ετών, οι περισσότερες διαγνωσμένες στην ενήλικη ζωή	Ποιοτική μελέτη με ημιδομημένες συνεντεύξεις. Ανάλυση: Θεματική ανάλυση βασισμένη στον κοινωνικό κονστρουξιονισμό και τη φεμινιστική θεωρία.	Οι κοινωνικές προσδοκίες φύλου οδηγούν σε masking και δυσκολίες ταυτότητας. Ο αυτισμός βιώνεται ως μεταβαλλόμενος μέσα στον χρόνο. Οι γυναίκες απορρίπτουν τον ελλειμματικό/ιατρικό λόγο και δίνουν έμφαση στα δυνατά τους σημεία
Seers, K. & Hogg, R. (2023)	Fake it ‘till you make it: Authenticity and wellbeing in late diagnosed autistic women (2023)	8 όψιμα διαγνωσμένες γυναίκες στο φάσμα του αυτισμού Αυστραλία, ηλικίες 24–53	Ποιοτική έρευνα Ημιδομημένες συνεντεύξεις Θεματική ανάλυση (reflexive TA) Πλαίσιο: φεμινιστική θεωρία & κοινωνικό μοντέλο αναπηρίας	Το masking επιδιώκει την κοινωνική αποδοχή αλλά οδηγεί σε ψυχική εξάντληση και σύγχυση ταυτότητας, ενώ η όψιμη διάγνωση και η (ιδίως διαδικτυακή) κοινότητα ενισχύουν την ευημερία και την αυθεντικότητα.
Shakespeare, T. (2014).	Disability rights and wrongs revisited (2nd ed.)	Δεν περιέχει δείγμα	Θεωρητικό–κοινωνιολογικό βιβλίο.	Η αναπηρία κατανοείται κοινωνικά: οι κανόνες κανονικότητας οδηγούν σε συμμόρφωση και masking, ενώ το «φυσιολογικό–μη φυσιολογικό» είναι κοινωνική κατασκευή.
Solomon, M., Miller, M., Taylor, S. L., Hinshaw, S. P., & Carter, C. S. (2011).	Autism symptoms and internalizing psychopathology in girls and boys with autism spectrum disorders.	76 συμμετέχοντες (20 κορίτσια ASD, 20 αγόρια ASD, 19 τυπικά κορίτσια, 17 τυπικά αγόρια).	Συγκριτική διατομεακή ποσοτική μελέτη με κλινικά εργαλεία και μη παραμετρικές αναλύσεις.	Δεν υπάρχουν διαφορές στα αυτιστικά συμπτώματα μεταξύ κοριτσιών και αγοριών με ΔΑΦ. Τα κορίτσια με ΔΑΦ διαφέρουν σημαντικά από τα τυπικά κορίτσια. Τα κορίτσια με ΔΑΦ εμφανίζουν αυξημένο άγχος και κατάθλιψη στην εφηβεία.
South, M., Beck, J. S., Lundwall, R., Christensen, M., Cutrer, E. A., Gabrielsen, T. P., Cox, J. C.,	Unrelenting depression and suicidality in women with autistic traits.	74 ενήλικες γυναίκες με αυξημένα αυτιστικά χαρακτηριστικά, με ή χωρίς διάγνωση αυτισμού.	Διατομεακή συσχετιστική ποσοτική έρευνα με ερωτηματολόγια για αυτιστικά χαρακτηριστικά, κατάθλιψη και αυτοκτονικότητα.	Υψηλά ποσοστά αυτοκτονικότητας ανεξαρτήτως διάγνωσης, με την κατάθλιψη και τη μειωμένη γνωστική ευελιξία να σχετίζονται ισχυρότερα με τον κίνδυνο από τα αυτιστικά χαρακτηριστικά.

& Lundwall,
R. A. (2019).

Tierney, S., Burns, J., & Kilbey, E. (2016).	Looking behind the mask: Social coping strategies of girls on the autistic spectrum.	10 έφηβες (13–19 ετών) με ΔΑΦ στο Ηνωμένο Βασίλειο.	Ποιοτική έρευνα με ημιδομημένες συνεντεύξεις και ανάλυση IPA.	Τα κορίτσια χρησιμοποιούν εξαντλητικό masking στο σχολείο, με ψυχικές επιπτώσεις και καθυστερημένη διάγνωση, που στην εφηβεία γίνεται μη βιώσιμο.
Tso, M., Strnadová, I., Danker, J., & O’Neill, S. (2023).	Peer interactions of school-aged girls on the autism spectrum: A scoping review`	Ανασκόπηση 21 μελετών (2010–2020) με συνολικά 236 κορίτσια στο φάσμα του αυτισμού, κυρίως σε σχολικά περιβάλλοντα.	Scoping review, Ποιοτικές, ποσοτικές και μικτές μελέτες. Δεδομένα από τις ίδιες τις μαθήτριες (συνεντεύξεις, ερωτηματολόγια)	Τα κορίτσια επιδιώκουν την αποδοχή αλλά βιώνουν μοναξιά και αποκλεισμό, καταφεύγοντας σε έντονο masking λόγω έμφυλων προσδοκιών, με συνέπειες άγχος, κατάθλιψη, κόπωση και χαμηλή αυτοεκτίμηση.
Turner, D. M., & Stagg, K. (Eds.). (2006).	Social histories of disability and deformity.	Δεν περιέχει δείγμα	Συλλογικός τόμος με ποιοτική ιστορική, κοινωνιολογική και ανθρωπολογική ανάλυση στο πλαίσιο της κοινωνικής ιστορίας της αναπηρίας.	Η αναπηρία νοείται ως κοινωνική κατασκευή: ιστορικά η διαφορετικότητα παθολογικοποιήθηκε μέσω θεσμών και προτύπων κανονικότητας, ενώ η σύγχρονη κριτική προσέγγιση τονίζει την άρση κοινωνικών εμποδίων και τις πιέσεις που βιώνουν ομάδες όπως τα αυτιστικά κορίτσια.
Urbaniak, K., & D’Amico, M. (2024).	Disability barriers autistic girls face in secondary education: A systematic review.	Δεν έχει δείγμα.	Συστηματική ανασκόπηση 17 μελετών (2013–2023). Ανάλυση εμποδίων με βάση το κοινωνικό μοντέλο αναπηρίας.	Ο αυτισμός στα κορίτσια συχνά δεν αναγνωρίζεται, το masking επιβαρύνει την ψυχική υγεία και αναδεικνύεται η ανάγκη για νευροεπιβεβαιωτικά, υποστηρικτικά σχολεία.
Vine Foggo, R. S., & Webster, A. A. (2017)	Understanding the social experiences of adolescent females on the autism spectrum.	7 έφηβες κοπέλες στο φάσμα του αυτισμού, ηλικίας 13–17 ετών, φοιτήτριες σε γενικά σχολεία.	Ποιοτική έρευνα με φαινομενολογική προσέγγιση. Συλλογή δεδομένων μέσω ημιδομημένων συνεντεύξεων και γραπτών απαντήσεων. θεματική ανάλυση.	Οι κοινωνικές σχέσεις είναι σημαντικές αλλά δύσκολες για τα κορίτσια, που επιθυμούν φιλίες αλλά δυσκολεύονται σε συγκρούσεις, ομαδικές αλληλεπιδράσεις και κοινωνικές προσδοκίες, χρειάζονται δε και χρόνο αποσυμπίεσης.
Ward, M., & Powell, L. (2025).	Supporting mainstream school staff in England to meet the needs and address educational inequalities in autistic girls.	17 μέλη σχολικού προσωπικού.	Ποιοτική έρευνα: 12 ατομικές και 2 ομαδικές ημιδομημένες συνεντεύξεις, θεματική ανάλυση,	Ανεπαρκής και ασυνεπής επιμόρφωση για τον αυτισμό στα κορίτσια. Έλλειψη χρόνου και αυξημένη ψυχική κόπωση του προσωπικού. Ανάγκη για σύντομη, πρακτική και

West, C., & Zimmerman, D. H. (1987).	Doing gender	Δεν υπάρχει πρωτογενές δείγμα. Το άρθρο βασίζεται σε παραδείγματα καθημερινών αλληλεπιδράσεων και σε προηγούμενες έρευνες	Θεωρητική–εθνομεθοδολογική ανάλυση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης.	στοχευμένη επιμόρφωση Το φύλο δεν είναι χαρακτηριστικό του ατόμου αλλά κοινωνική πράξη (“doing gender”). Παράγεται καθημερινά μέσα στις αλληλεπιδράσεις και αναπαράγει κοινωνικές ανισότητες
Wood-Downie, H., Wong, G., Kovshoff, H., Hadwin, J., & Slonims, V. (2020)	Sex/Gender Differences in Camouflaging in Children and Adolescents with Autism	84 παιδιά και έφηβοι (8–14 ετών): 40 με αυτισμό και 44 νευροτυπικής ανάπτυξης, ίσος αριθμός αγοριών–κοριτσιών.	Ποσοτική διατομεακή συγκριτική μελέτη με ψυχομετρικά εργαλεία και ANCOVA.	Τα κορίτσια με αυτισμό εμφανίζουν εντονότερο camouflaging από τα αγόρια, που συνδέεται με μεγαλύτερη κοινωνική αμοιβαιότητα και υψηλότερο IQ και ενδέχεται να οδηγεί σε καθυστερημένη διάγνωση.

Η διεξαγωγή της παρούσας βιβλιογραφικής επισκόπησης κατέστη εφικτή χάρη στο εκτενές θεωρητικό και ερευνητικό έργο των επιστημόνων που έχουν συμβάλει καθοριστικά στη μελέτη του masking στον αυτισμό. Ιδιαίτερη αναφορά οφείλεται στις θεμελιακές μελέτες των Hull, Mandy & Petrides (2017), Hull et al. (2019) και Dean, Harwood & Kasari (2017), καθώς και στις ποιοτικές έρευνες που ανέδειξαν την καθυστερημένη διάγνωση των κοριτσιών, όπως οι Bargiela, Steward & Mandy (2016) και Milner et al. (2019). Σημαντική ήταν επίσης η συμβολή των μελετών για την ψυχική υγεία και το burnout (Cassidy et al., 2023; Beck et al., 2020; Mantzalas et al., 2022), όπως και των ερευνητικών και θεωρητικών προσεγγίσεων γύρω από την κοινωνική κανονιστικότητα και τη φεμινιστική και την ανάλυση του Foucault (Butler, 1990; Foucault, 1977). Επιπλέον, σημαντικό ρόλο διαδραμάτισαν οι μελέτες που εξετάζουν το masking ως αποτέλεσμα κοινωνικής πίεσης και κοινωνικού άγχους (Cage & Troxell-Whitman, 2019; Cremone et al., 2023), καθώς και οι πηγές που φωτίζουν τις διασταυρώσεις φύλου, ταυτότητας και νευροδιαφορετικότητας (Carpenter et al., 2019; Pearson & Rose, 2021; Botha & Frost, 2020; Marsh, 2022). Εξίσου καθοριστικές υπήρξαν οι έρευνες που μελετούν τη σχέση masking, ταυτότητας και ψυχικής δυσφορίας (Livingston et al., 2019; Corscadden & Casserly, 2021), όπως και οι πηγές που αφορούν το εκπαιδευτικό πλαίσιο και τις μορφές στήριξης (Urbaniak & D’Amico, 2024; Sedgewick, Hull & Ellis, 2021; Ayirebi & Thomas, 2024). Τέλος, το θεωρητικό πλαίσιο του μειονοτικού στρες (Botha & Frost, 2020) και τα έργα που εστιάζουν σε κατευθύνσεις μελλοντικής έρευνας (Halladay et al., 2015; South et al., 2019) διαμόρφωσαν κρίσιμα τον αναλυτικό προσανατολισμό της παρούσας εργασίας. Σε όλες τις

παραπάνω πηγές οφείλεται η επιστημονική βάση πάνω στην οποία στηρίχθηκαν η ερμηνεία και η σύνθεση των συμπερασμάτων.

5. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Το *masking* ή *social camouflaging* αποτελεί κεντρικό στοιχείο της γυναικείας εμπειρίας στον αυτισμό, καθώς περιλαμβάνει στρατηγικές απόκρυψης ή τροποποίησης αυτιστικών συμπεριφορών με στόχο την κοινωνική αποδοχή (Hull, Mandy & Petrides, 2017; Hull et al., 2019). Τα κορίτσια εμφανίζουν συχνότερα τέτοιες πρακτικές, γεγονός που συνδέεται με έμφυλες κοινωνικές προσδοκίες και με την αυξημένη πίεση για συμμόρφωση με νευροτυπικούς κανόνες επικοινωνίας (Dean, Harwood & Kasari, 2017). Ως κοινωνικοπολιτισμικά διαμορφωμένο φαινόμενο, το *masking* έχει σημαντικές ψυχολογικές και διαγνωστικές συνέπειες.

Η βιβλιογραφία δείχνει ότι το *masking* συμβάλλει στη συχνή καθυστέρηση ή εσφαλμένη διάγνωση των κοριτσιών, καθώς η «ήσυχη» και φαινομενικά προσαρμοσμένη παρουσία τους συχνά δεν ενεργοποιεί κλινική διερεύνηση. Παράλληλα, η έρευνα βασίζεται κυρίως σε αναδρομικές και ποιοτικές προσεγγίσεις, περιορίζοντας τη δυνατότητα αιτιολογικών συμπερασμάτων (Bargiela et al., 2016; Milner et al., 2019). Επιπρόσθετα, η παρατεταμένη προσπάθεια κοινωνικής κάλυψης έχει συσχετιστεί με αυξημένο άγχος, burnout και αυτοκτονικό ιδεασμό (Cassidy et al., 2023), ενώ η φεμινιστική και η foucauldian θεωρία αναδεικνύουν τον ρόλο της κοινωνικής κανονιστικότητας στην παραγωγή και ενίσχυση του φαινομένου (Butler, 1990; Foucault, 1977).

Με βάση τα παραπάνω, η παρούσα κριτική επισκόπηση εξετάζει το *masking* ως κοινωνικά παραγόμενο και έμφυλα καθορισμένο φαινόμενο, αναλύοντας τις ψυχολογικές, κοινωνιολογικές και φεμινιστικές του διαστάσεις, τα μεθοδολογικά όρια της υπάρχουσας έρευνας και τις επιπτώσεις του στην ψυχική υγεία των αυτιστικών κοριτσιών. Παράλληλα διερευνά πώς η κατανόηση αυτών των μηχανισμών μπορεί να ενημερώσει τον ανασχεδιασμό εκπαιδευτικών και κοινωνικών μορφών υποστήριξης. Η εργασία οργανώνεται γύρω από τέσσερα ερευνητικά ερωτήματα που αντανakλούν τις βασικές θεματικές της σύγχρονης επιστημονικής συζήτησης.

1. Πώς επηρεάζει η πρακτική του *masking* την αναγνώριση και τον έγκαιρο εντοπισμό συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης στα αυτιστικά κορίτσια;

Η βιβλιογραφία συγκλίνει στο ότι το *masking* δυσχεραίνει τον έγκαιρο εντοπισμό άγχους και κατάθλιψης στα αυτιστικά κορίτσια. Ωστόσο, η κατανόηση αυτού του μηχανισμού παραμένει μεθοδολογικά περιορισμένη και θεωρητικά αποσπασματική. Παρότι αρκετές μελέτες υποστηρίζουν

ότι η μίμηση κοινωνικών συμπεριφορών οδηγεί σε μια παραπλανητική εικόνα προσαρμοστικότητας, η πλειονότητα των ερευνών βασίζεται σε αυτοαναφορικές αφηγήσεις ενηλίκων γυναικών (Hull et al., 2019; Milner et al., 2019), γεγονός που θέτει σοβαρά ερωτήματα για την αξιοπιστία των συμπερασμάτων σχετικά με την παιδική ηλικία. Επιπλέον, η υπόθεση ότι η φαινομενική κοινωνική επάρκεια συγκαλύπτει συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης παραμένει ελάχιστα διερευνώμενη με προοπτικές ή συγκριτικές μελέτες, με αποτέλεσμα η αιτιώδης κατεύθυνση να παραμένει ασαφής: το masking αποκρύπτει τη δυσφορία ή η προϋπάρχουσα δυσφορία οδηγεί σε masking;

Παρότι έρευνες καταγράφουν συσχετισμούς μεταξύ masking, υπερεπαγρύπνησης και burnout (Beck et al., 2020; Mantzalas et al., 2022), συχνά αποτυγχάνουν να διακρίνουν μεταξύ των συνεπειών του ίδιου του masking και των επιπτώσεων των περιβαλλοντικών απαιτήσεων που το προκαλούν. Η έλλειψη ελέγχου συμφραζομένων υπονομεύει την ερμηνευτική ισχύ των ευρημάτων. Επιπλέον, τα δεδομένα που συνδέουν το masking με σύγχυση ταυτότητας και εσωτερικευμένη ψυχική δυσφορία (Milner et al., 2019; Malone et al., 2025) προσφέρουν σημαντικές ενδείξεις. Ωστόσο, οι μελέτες αυτές παραμένουν μικρής κλίμακας, ποιοτικές και αυτοαναφορικές, και δεν συνδέονται άμεσα με αναπτυξιακά ή θεωρητικά μοντέλα όπως η φεμινιστική θεωρία της επιτελεστικότητας, γεγονός που περιορίζει την αναλυτική τους εμβέλεια.

Οι εναλλακτικές προσεγγίσεις που αντιλαμβάνονται το masking ως αμυντική απόκριση στο κοινωνικό άγχος (Cage & Troxell-Whitman, 2019; Cremona et al., 2023) θέτουν υπό αμφισβήτηση το επικρατές γραμμικό μοντέλο “masking → ψυχική δυσφορία”. Ωστόσο, η έλλειψη πολυεπίπεδης μεθοδολογίας και η σχεδόν πλήρης απουσία αντικειμενικών μέτρων συμπεριφοράς ή νευροφυσιολογικών δεδομένων, καθιστούν αδύνατο να αξιολογηθεί η σχετική βαρύτητα κάθε παράγοντα. Επιπλέον, εργαλεία όπως το CAT-Q παρουσιάζουν περιορισμένη οικολογική εγκυρότητα, αφού δεν αποτυπώνουν ασυνείδητες ή συμφρασιακά μεταβαλλόμενες μορφές masking (Hull et al., 2019).

Συνολικά, η βιβλιογραφία υποδεικνύει ότι το masking συχνά αποκρύπτει συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης, αλλά η ισχύς αυτής της θέσης υπονομεύεται από μεθοδολογικές αδυναμίες, θεωρητικές ασυνέχειες και εξάρτηση από αυτοαναφορικά δεδομένα. Η απουσία προοπτικών, πολυεπίπεδων και έμφυλα ενημερωμένων προσεγγίσεων καθιστά επείγουσα την ανάγκη για πιο σύνθετα ερευνητικά μοντέλα που να διακρίνουν μεταξύ των συνεπειών του masking και των συνεπειών των κοινωνικών απαιτήσεων που το παράγουν.

2. Ποιος είναι ο ρόλος των κοινωνικών προσδοκιών, της κοινωνικής πίεσης και του φύλου στη χρήση του masking;

Η χρήση του masking στα αυτιστικά κορίτσια δεν μπορεί να γίνει κατανοητή ανεξάρτητα από τα έμφυλα και κοινωνικά κανονιστικά πλαίσια που ρυθμίζουν τη συμπεριφορά τους. Η έρευνα δείχνει ότι τα κορίτσια κοινωνικοποιούνται σε προσδοκίες ευγένειας, συναισθηματικού ελέγχου και συμμόρφωσης, γεγονός που καθιστά την απόκλιση κοινωνικά «μη αποδεκτή» (Carpenter et al., 2019). Αυτές οι κανονιστικότητες δεν περιγράφουν απλώς τη θηλυκότητα αλλά την παράγουν, όπως αναδεικνύει η Butler (1990), μέσω επιτελεστικών πρακτικών που ορίζουν ποια συμπεριφορά θεωρείται «σωστή». Σε αυτό το περιβάλλον, τα αυτιστικά κορίτσια καλούνται να συμμορφωθούν όχι μόνο με νευροτυπικά πρότυπα αλλά και με έμφυλους ρόλους, δημιουργώντας μια διπλή πίεση προσαρμογής (Milner et al., 2019).

Οι ποιοτικές αφηγήσεις δείχνουν ότι η χρήση του masking βιώνεται κυρίως ως αναγκαστική και όχι ως ελεύθερη επιλογή, καθώς οι αυθεντικές αυτιστικές συμπεριφορές συχνά αποδοκιμάζονται ή παρερμηνεύονται ως αγένεια, ανωριμότητα ή κοινωνική αδεξιότητα (Pearson & Rose, 2021). Το σχολείο, η οικογένεια και το σύστημα διάγνωσης λειτουργούν ως μηχανισμοί επιτήρησης που παράγουν αυτοπειθαρχία, μια διαδικασία όπου τα κορίτσια εσωτερικεύουν τις κοινωνικές νόρμες και ρυθμίζουν τη συμπεριφορά τους προτού ακόμη τους ασκηθεί εξωτερική πίεση (Foucault, 1977; Carpenter et al., 2019). Η συμμόρφωση επιβραβεύεται, ενώ η αποκλίνουσα συμπεριφορά στιγματίζεται, γεγονός που καθιστά το masking στρατηγική κοινωνικής επιβίωσης.

Αν και το masking παρατηρείται και σε άλλα φύλα, οι γυναίκες φαίνεται να υφίστανται εντονότερη κοινωνική πίεση για προσαρμογή, γεγονός που αυξάνει το ψυχικό κόστος της κάλυψης (Botha & Frost, 2020; Marsh, 2022). Παρ' όλα αυτά, η βιβλιογραφία δεν προσφέρει επαρκή συγκριτικά δεδομένα μεταξύ φύλων, γεγονός που καθιστά επισφαλές οποιοδήποτε συμπέρασμα περί «γυναικείας αποκλειστικότητας» του masking (Pearson & Rose, 2021). Η απουσία ανδρικών συγκριτικών δειγμάτων δείχνει ότι οι έμφυλες διαφορές είναι περισσότερο αποτέλεσμα κοινωνικών προσδοκιών παρά βιολογικής διαφοροποίησης.

Συνολικά, το masking στα κορίτσια πρέπει να ιδωθεί ως προϊόν της αλληλοεπίδρασης μεταξύ αυτισμού, φύλου και κοινωνικών κανόνων. Δεν αποτελεί ατομική στρατηγική προσαρμογής αλλά διαδικασία που επιβάλλεται κοινωνικά, θεσμικά και έμφυλα. Όταν η κοινωνική αποδοχή εξαρτάται από την καταστολή της αυθεντικότητας, τα κορίτσια οδηγούνται σε μακροχρόνια ψυχική εξουθένωση, δυσκολίες ταυτότητας και καθυστερημένη διάγνωση. Η διάσταση του φύλου, επομένως, δεν είναι περιφερειακή αλλά θεμελιώδης για την κατανόηση του masking και την ανάπτυξη κλινικών και εκπαιδευτικών πρακτικών που δεν αναπαράγουν τις ίδιες μορφές κοινωνικής πίεσης.

3. Πώς διαφοροποιείται η ψυχική υγεία των αυτιστικών κοριτσιών που εφαρμόζουν masking σε σχέση με όσες δεν το εφαρμόζουν;

Η διεθνής βιβλιογραφία συγκλίνει ότι τα αυτιστικά κορίτσια που εφαρμόζουν συστηματικά masking παρουσιάζουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα άγχους, καταθλιπτικών συμπτωμάτων, συναισθηματικής εξάντλησης και burnout, σε σύγκριση με όσα δεν καταφεύγουν σε τέτοιες στρατηγικές (Hull et al., 2017; Cassidy et al., 2023). Ωστόσο, η ισχύς αυτού του συμπεράσματος περιορίζεται από το γεγονός ότι η πλειονότητα των μελετών βασίζεται σε αυτοαναφορικά και διατομεακά δεδομένα, γεγονός που δεν επιτρέπει την ασφαλή διερεύνηση της αιτιώδους κατεύθυνσης: το masking επιδεινώνει την ψυχική υγεία ή τα κορίτσια με μεγαλύτερη προδιάθεση σε άγχος καταφεύγουν συχνότερα σε masking;

Παρά τους μεθοδολογικούς περιορισμούς, τα ποιοτικά ευρήματα προσφέρουν συνεκτική εικόνα των μηχανισμών που συνδέουν το masking με την ψυχική επιβάρυνση. Πολλά κορίτσια περιγράφουν μια έντονη διάσταση ανάμεσα στην εξωτερική εικόνα «ηρεμίας» και στην εσωτερική δυσφορία, μια «διπλή ζωή» που απαιτεί συνεχή αυτοπαρακολούθηση και καταστολή των αυθεντικών αντιδράσεων (Bargiela et al., 2016). Η ανάγκη διατήρησης κοινωνικά αποδεκτών συμπεριφορών οδηγεί σε συσσωρευμένη συναισθηματική πίεση, η οποία συχνά εκδηλώνεται σε ασφαλή περιβάλλοντα με επεισόδια έντονης απορρύθμισης, κατάρρευση ή shutdown (Corscadden & Casserly, 2021). Αυτές οι αφηγήσεις υποδηλώνουν ότι το masking λειτουργεί ως ψυχολογικά δαπανηρή μορφή αυτορρύθμισης, η οποία δεν μειώνει τις δυσκολίες αλλά τις καθιστά αόρατες.

Επιπλέον, η χρήση masking φαίνεται να επηρεάζει βαθύτερες πτυχές της αυτοαντίληψης. Μελέτες καταγράφουν ότι η συνεχής υιοθέτηση κοινωνικά αναμενόμενων ρόλων οδηγεί σε σύγχυση ταυτότητας και αίσθηση αποσύνδεσης από τον αυθεντικό εαυτό, ιδιαίτερα κατά την εφηβεία (Livingston et al., 2019). Η συνεχής προσπάθεια «να φαίνονται φυσιολογικές» δημιουργεί έναν εσωτερικό διχασμό, ο οποίος συνδέεται με χαμηλή αυτοεκτίμηση και αυξημένο αυτοκτονικό ιδεασμό, ένα εύρημα που παραμένει σταθερό ακόμη και όταν ελέγχεται η σοβαρότητα των αυτιστικών χαρακτηριστικών (Cassidy et al., 2023).

Αντιθέτως, τα κορίτσια που εφαρμόζουν χαμηλότερα επίπεδα masking αναφέρουν συχνότερα αίσθημα αυθεντικότητας και μειωμένο ψυχολογικό φόρτο (Cage & Troxell-Whitman, 2019). Ωστόσο, η βιβλιογραφία αναγνωρίζει ότι η δυνατότητα μείωσης του masking εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από το βαθμό αποδοχής του κοινωνικού περιβάλλοντος, γεγονός που υπογραμμίζει τη δομική διάσταση του φαινομένου.

Συνολικά, τα διαθέσιμα δεδομένα δείχνουν ότι το masking συνιστά ανεξάρτητο παράγοντα κινδύνου για την ψυχική υγεία των αυτιστικών κοριτσιών, αν και η κατεύθυνση και οι μηχανισμοί αυτής της σχέσης απαιτούν προοπτικές και συγκριτικές μελέτες. Η ανάλυση αναδεικνύει ότι η

μείωση της ανάγκης για masking προϋποθέτει συστημικές αλλαγές στους εκπαιδευτικούς και κοινωνικούς χώρους, καθώς και πρακτικές που επιτρέπουν την αυθεντική έκφραση χωρίς τον φόβο στιγματισμού.

4. Πώς η κατανόηση του masking μπορεί να βελτιώσει την εκπαιδευτική και κοινωνική στήριξη των αυτιστικών κοριτσιών;

Η κατανόηση του masking αποτελεί κρίσιμη προϋπόθεση για την αναμόρφωση των εκπαιδευτικών και κοινωνικών πρακτικών που απευθύνονται στα αυτιστικά κορίτσια, καθώς αποκαλύπτει ότι η φαινομενική «καλή προσαρμογή» μπορεί να συγκαλύπτει σημαντική εσωτερική δυσφορία. Η επίγνωση ότι οι «ήσυχες», «συνεργάσιμες» ή «ώριμες» συμπεριφορές μπορεί να αποτελούν προϊόν εντατικής αυτορρύθμισης και όχι ένδειξη πραγματικής ευημερίας μετατοπίζει την παιδαγωγική εστίαση από την εξωτερική συμμόρφωση στη βιωμένη εμπειρία του παιδιού (Urbaniak & D'Amico, 2024). Οι Sedgewick, Hull & Ellis (2021) δείχνουν ότι το συχνά παρερμηνευμένο «ήρεμο προφίλ» των κοριτσιών αναπτύσσεται μέσα από συνεχή καταστολή *stimming* και κοινωνική μίμηση, γεγονός που καθιστά αναγκαία τη διαφοροποίηση των κριτηρίων εντοπισμού εκπαιδευτικών αναγκών.

Τα ευρήματα των Ward & Powell (2025) υπογραμμίζουν ότι η άγνοια του φαινομένου από το σχολικό προσωπικό οδηγεί σε συστηματικές εκπαιδευτικές ανισότητες: τα κορίτσια που κάνουν masking δεν αναγνωρίζονται ως μαθητές με ανάγκη υποστήριξης, επειδή δεν ταιριάζουν στα στερεότυπα της «προβληματικής» συμπεριφοράς. Αυτό καταδεικνύει την ανεπάρκεια παιδαγωγικών πρακτικών που βασίζονται αποκλειστικά σε παρατηρήσιμες συμπεριφορές, αγνοώντας τις εσωτερικές μορφές άγχους και υπερπροσπάθειας. Το μοντέλο του μειονοτικού στρες προσφέρει ένα χρήσιμο κριτικό πλαίσιο, επισημαίνοντας ότι το masking αποτελεί απόκριση σε κοινωνικές πιέσεις και όχι ατομικό ελάττωμα (Botha & Frost, 2020).

Η κατανόηση του masking επιτρέπει επίσης μια μετατόπιση προς νευροεπιβεβαιωτικές παιδαγωγικές πρακτικές, που αντιμετωπίζουν τις αυτιστικές συμπεριφορές ως έγκυρους τρόπους επικοινωνίας και όχι ως αποκλίσεις προς εξάλειψη. Οι Ayirebi & Thomas (2024) δείχνουν ότι εκπαιδευτικά περιβάλλοντα που μειώνουν την κοινωνική πίεση, ενισχύουν την αίσθηση του ανήκειν και προσφέρουν σαφή υποστήριξη, συνδέονται με μειωμένη ανάγκη masking και χαμηλότερα επίπεδα ψυχικής εξάντλησης στα κορίτσια.

Σε κοινωνικό και κλινικό επίπεδο, η αναγνώριση ότι το masking είναι προϊόν κοινωνικής απαίτησης και όχι ατομικής παθολογίας απαιτεί παρεμβάσεις που αντιμετωπίζουν τα αίτια και όχι τα «συμπτώματα». Η θεωρητική ανάλυση της Marsh (2022) δείχνει ότι το masking ενισχύεται όταν οι κοινωνικές νόρμες καθιστούν μη αποδεκτές τις αυθεντικές αυτιστικές εκφράσεις. Συνεπώς, η

στήριξη πρέπει να στοχεύει στη μείωση του στιγματισμού, την ενίσχυση της αυτοαποδοχής και την καλλιέργεια χώρων όπου τα κορίτσια μπορούν να εκφράζονται χωρίς φόβο κοινωνικής κύρωσης.

Συνολικά, η κατανόηση του masking οδηγεί σε μια πιο δίκαιη και αποτελεσματική προσέγγιση: η εκπαιδευτική και κοινωνική στήριξη πρέπει να μετατοπιστεί από τη διαχείριση της συμπεριφοράς στις δομικές αλλαγές που επιτρέπουν την αυθεντικότητα, την ψυχική ασφάλεια και την έγκαιρη αναγνώριση των αναγκών των αυτιστικών κοριτσιών.

6. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η παρούσα επισκόπηση ανέδειξε ότι το masking στα αυτιστικά κορίτσια αποτελεί ένα σύνθετο και κοινωνικά διαμεσολαβημένο φαινόμενο, το οποίο λειτουργεί ταυτόχρονα ως μηχανισμός προσαρμογής και ως πηγή σημαντικής ψυχικής επιβάρυνσης. Η βιβλιογραφία δείχνει ότι η εξωτερική εικόνα «καλής προσαρμογής» συχνά συγκαλύπτει άγχος, εξάντληση και δυσκολίες συναισθηματικής ρύθμισης, οδηγώντας συχνά σε καθυστερημένη διάγνωση και υποεκτίμηση των αναγκών των κοριτσιών. Παράλληλα, οι έμφυλες κοινωνικές νόρμες και οι προσδοκίες συμμόρφωσης εντείνουν τη χρήση του masking, δημιουργώντας ένα πλαίσιο στο οποίο η αυθεντική έκφραση βιώνεται ως ρίσκο. Η διαπιστωμένη διαφοροποίηση στην ψυχική υγεία μεταξύ κοριτσιών που εφαρμόζουν masking και όσων δεν το εφαρμόζουν υποδεικνύει ότι η φαινομενική λειτουργικότητα δεν μπορεί να θεωρηθεί αξιόπιστος δείκτης ευημερίας. Συνολικά, τα ευρήματα υπογραμμίζουν την ανάγκη για νευροεπιβεβαιωτικές προσεγγίσεις που μειώνουν τις πιέσεις για κάλυψη και ενισχύουν την αυθεντικότητα.

6.1. Η Ανάγκη για Συμπεριληπτικά Περιβάλλοντα

Η συζήτηση καθιστά σαφές ότι το masking δεν μπορεί να μειωθεί χωρίς δομικές αλλαγές στα εκπαιδευτικά και κοινωνικά περιβάλλοντα. Οι νευροεπιβεβαιωτικές πρακτικές αποτελούν κρίσιμη προϋπόθεση για τη μείωση της κάλυψης, καθώς αναγνωρίζουν ότι πολλές αυτιστικές συμπεριφορές συνιστούν φυσιολογικές μορφές αυτορρύθμισης και επικοινωνίας, όχι αποκλίσεις που απαιτούν «διόρθωση». Τέτοιες προσεγγίσεις περιλαμβάνουν τη δημιουργία αισθητηριακά ρυθμισμένων χώρων, τη μείωση των κοινωνικών απαιτήσεων από το σχολικό προσωπικό, την κανονικοποίηση της αυθεντικής νευροδιαφορετικής συμπεριφοράς, καθώς και την επιμόρφωση εκπαιδευτικών σχετικά με το masking και τις αθέατες μορφές δυσφορίας. Στο κλινικό πεδίο, παρεμβάσεις που μετατοπίζονται από το μοντέλο «αλλαγής συμπεριφοράς» προς την ενδυνάμωση και αποδοχή της νευροδιαφορετικότητας μπορούν να μειώσουν ουσιαστικά την ψυχική επιβάρυνση. Συνολικά, η υιοθέτηση νευροεπιβεβαιωτικών πλαισίων επιτρέπει στα κορίτσια να εκφράζουν τις ανάγκες τους χωρίς φόβο στιγματισμού, μειώνοντας την ανάγκη για συνεχή κάλυψη.

6.2. Περιορισμοί της Βιβλιογραφίας

Ένας ακόμη κρίσιμος και υποερευνημένος άξονας αφορά την ανάγκη για ποιοτικές μελέτες που θα διερευνήσουν σε βάθος το masking όχι μόνο μέσα από τις φωνές των αυτιστικών κοριτσιών, αλλά και μέσα από πολλαπλές εμπλεκόμενες οπτικές. Η πρόσβαση σε κατάλληλο δείγμα κοριτσιών συχνά αποδεικνύεται δύσκολη, γεγονός που καθιστά αναγκαία την παράλληλη συμπερίληψη γονέων, εκπαιδευτικών, ψυχολόγων και άλλων επαγγελματιών που εμπλέκονται στην εκπαιδευτική και κλινική υποστήριξη. Μια πολυεπίπεδη ποιοτική έρευνα, με ημιδομημένες συνεντεύξεις ή ομάδες εστίασης, θα μπορούσε να καταγράψει όχι μόνο την υποκειμενική εμπειρία του masking, αλλά και το πώς οι ειδικοί αναγνωρίζουν, ερμηνεύουν ή συχνά παρανοούν τη συμπεριφορά αυτή. Η προσέγγιση αυτή θα επέτρεπε τη χαρτογράφηση ασυνεχειών ανάμεσα στην εσωτερική εμπειρία και στην εξωτερική αξιολόγηση, φωτίζοντας κρίσιμους παράγοντες που συμβάλλουν στη διαγνωστική αορατότητα και στις εκπαιδευτικές ανισότητες. Παράλληλα, η συμπερίληψη ευρύτερου αυτιστικού πληθυσμού, ανεξαρτήτως φύλου, μπορεί να προσφέρει συγκριτικά δεδομένα που θα ενισχύσουν την κατανόηση των έμφυλων διαφοροποιήσεων χωρίς να περιορίζουν την εφικτότητα της έρευνας. Μια τέτοια ποιοτική μελέτη μπορεί να ανταποκριθεί σε σαφές ερευνητικό κενό και να συμβάλει ουσιαστικά στη δημιουργία νευροεπιβεβαιωτικών εκπαιδευτικών και κλινικών πρακτικών.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Allely, C. S. (2019). Understanding and recognising the female phenotype of autism spectrum disorder and the “camouflage” hypothesis: A systematic PRISMA review. *Advances in Autism*, 5(1), 14–37. <https://doi.org/10.1108/AIA-09-2018-0036>

Anderson-Chavarria, M. (2022). *The autism predicament: Models of autism and their impact on autistic identity*. *Disability & Society*, 37(8), 1321–1341. <https://doi.org/10.1080/09687599.2021.1877117>

Ayirebi, K., & Thomas, G. (2024). What could be considered as effective support for autistic females in high school? A systematic literature review. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 24(3), 441–453. <https://doi.org/10.1111/1471-3802.12641>

- Bargiela, S., Steward, R., & Mandy, W. (2016). The experiences of late-diagnosed women with autism spectrum conditions: An investigation of the female autism phenotype. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(10), 3281–3294. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2872-8>
- Bargiela, S. (2019). *Camouflage: The hidden lives of autistic women* (Art by S. Standing). Jessica Kingsley Publishers.
- Barlattani, T., D'Amelio, C., Cavatassi, A., De Luca, D., Di Stefano, R., Di Berardo, A., Mantenuto, S., Minutillo, F., Leonardi, V., Renzi, G., Russo, A., Rossi, A., & Pacitti, F. (2023). Autism spectrum disorders and psychiatric comorbidities: A narrative review. *Journal of Psychopathology*, 29, 3–24. <https://doi.org/10.36148/2284-0249-N281>
- Baron-Cohen, S., Leslie, A. M., & Frith, U. (1985). Does the autistic child have a “theory of mind”? *Cognition*, 21(1), 37–46. [https://doi.org/10.1016/0010-0277\(85\)90022-8](https://doi.org/10.1016/0010-0277(85)90022-8)
- Beck, J. S., Lundwall, R. A., Gabrielsen, T., Cox, J. C., & South, M. (2020). Looking good but feeling bad: “Camouflaging” behaviors and mental health in women with autistic traits. *Autism*, 24(4), 809–821. <https://doi.org/10.1177/1362361320912147>
- Beggiato, A., Peyre, H., Maruani, A., Scheid, I., Rastam, M., Amsellem, F., Gillberg, C. I., Leboyer, M., Bourgeron, T., Gillberg, C., & Delorme, R. (2017). Gender differences in autism spectrum disorders: Divergence among specific core symptoms. *Autism Research*, 10(4), 680–689. <https://doi.org/10.1002/aur.1715>
- Bertilsdotter Rosqvist, H., Pearson, A., Pavlopoulou, G., & Bottema-Beutel, K. (2025). The social model in autism research. *Autism*, 29(9), 2201–2204. <https://doi.org/10.1177/13623613251357648>
- Booth, A., Sutton, A., & Papaioannou, D. (2016). *Systematic approaches to a successful literature review* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Botha, M., & Frost, D. M. (2020). Extending the minority stress model to understand mental health problems experienced by the autistic population. *Society and Mental Health*, 10(1), 20–34. <https://doi.org/10.1177/2156869318804297>
- Butler, J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge.
- Cage, E., & Troxell-Whitman, Z. (2019). Understanding the reasons, contexts and costs of camouflaging for autistic adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(5), 1899–1911. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-03878-x>
- Carpenter, B., Happé, F., & Egerton, J. (Eds.). (2019). *Girls and autism: Educational, family and personal perspectives*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781351234429>

Cassidy, S., Robertson, A. E., Townsend, E., O'Connor, R. C., Bradley, L., & Rodgers, J. (2023). Is camouflaging autistic traits associated with defeat, entrapment, and lifetime suicidal thoughts? Expanding the integrated motivational–volitional model of suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 53(4), 738–752. <https://doi.org/10.1111/sltb.12965>

Cat, S. (2018). *PDA by PDAers: From anxiety to avoidance and masking to meltdowns*. Jessica Kingsley Publishers.

Chapman, L., Rose, K., Hull, L., & Mandy, W. (2022). “I want to fit in... but I don’t want to change myself fundamentally”: A qualitative exploration of the relationship between masking and mental health for autistic teenagers. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 99, 102069. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2022.102069>

Cola, M. L., Plate, S., Yankowitz, L., Petrulla, V., Bateman, L., Zampella, C. J., de Marchena, A., Pandey, J., Schultz, R. T., & Parish-Morris, J. (2020). Sex differences in the first impressions made by girls and boys with autism. *Molecular Autism*, 11(49). <https://doi.org/10.1186/s13229-020-00336-3>

Cook, A., Ogden, J., & Winstone, N. (2017). Friendship motivations, challenges and the role of masking for girls with autism in contrasting school settings. *European Journal of Special Needs Education*, 33(3), 302–315. <https://doi.org/10.1080/08856257.2017.1312797>

Cook, J., Crane, L., Bourne, L., Hull, L., & Mandy, W. (2021). Camouflaging in an everyday social context: An interpersonal recall study. *Autism*, 25(5), 1444–1456. <https://doi.org/10.1177/1362361321992641>

Corscadden, P., & Casserly, A. M. (2021). Identification of autism in girls: Role of trait subtleties, social acceptance and masking. *REACH: Journal of Inclusive Education in Ireland*, 34(1), 18–28. <https://reachjournal.ie/index.php/reach/article/view/313>

Cremone, I. M., Carpita, B., Nardi, B., Casagrande, D., Stagnari, R., Amatori, G., & Dell’Osso, L. (2023). Measuring social camouflaging in individuals with high-functioning autism: A literature review. *Brain Sciences*, 13(3), 469. <https://doi.org/10.3390/brainsci13030469>

Davidson, J., & Orsini, M. (2013). *Worlds of autism: Across the spectrum of neurological difference*. University of Minnesota Press. <https://doi.org/10.1080/14636778.2015.1098527>

Dean, M., Harwood, R., & Kasari, C. (2017). The art of camouflage: Gender differences in the social behaviors of girls and boys with autism spectrum disorder. *Autism*, 21(6), 678–689. <https://doi.org/10.1177/1362361316671845>

Dean, M., Chang, Y.-C., Shih, W., Orlich, F., & Kasari, C. (2023). Social engagement and loneliness in school-age autistic girls and boys. *Women's Health, 19*, 1–12.

<https://doi.org/10.1177/17455057231170973>

Evans, J. A. (2022). Autism camouflaging in relation to views about autism, mental health, and gender identity. *Global Tides, 16*(1), Article 10.

<https://digitalcommons.pepperdine.edu/globaltides/vol16/iss1/10>

Fombonne, E. (2020). Editorial: Camouflage and autism. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 61*(7), 735–738. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13296>

Foucault, M. (1977). *Discipline and punish: The birth of the prison*. Pantheon Books.

Fletcher-Watson, S., & Happé, F. (2019). *Autism: A new introduction to psychological theory and current debate*. Routledge.

French, S. L. (2024). “We are living in a world not meant for us”: A study about why girls are not allowed to be autistic (Doctoral dissertation, The Australian National University).

Gabrielsen, T. P., Begay, K. K., Campbell, K., Hahn, K., & Harrington, L. T. (2023). *Assessment of autism in females and nuanced presentations: Integrating research into practice*. Cham: Springer Nature Switzerland. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-33969-1>

Goscicki, B. L., Scoggins, M. E., Herrera Espinosa, G., & Hodapp, R. M. (2025). A “round, bruising sort of pain”: Autistic girls’ social camouflaging in inclusive high school settings. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. <https://doi.org/10.1007/s10803-024-06716-5>

Grant, M. J., & Booth, A. (2009). A typology of reviews: An analysis of 14 review types and associated methodologies. *Health Information & Libraries Journal, 26*(2), 91–108.

<https://doi.org/10.1111/j.1471-1842.2009.00848.x>

Grzeszak, A., & Pisula, E. (2025). Experiences of females on the autism spectrum through the perspective of minority stress theory: A review. *Frontiers in Psychiatry, 16*, 1578963.

<https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1578963>

Grove, R., Clapham, H., Moodie, T., Gurrin, S., & Hall, G. (2025). “Nothing about us, without us”: Research priorities for autistic girls, women and gender diverse people in Australia. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 55*(5), 2522–2538. <https://doi.org/10.1007/s10803-024-06330-5>

Halladay, A. K., Bishop, S., Constantino, J. N., Daniels, A. M., Koenig, K., Palmer, K., Messinger, D., Pelphrey, K., Sanders, S. J., Singer, A. T., Taylor, J. L., & Szatmari, P. (2015). Sex and gender

differences in autism spectrum disorder: Summarizing evidence gaps and identifying emerging areas of priority. *Molecular Autism*, 6(36). <https://doi.org/10.1186/s13229-015-0019-y>

Halsall, J., Clarke, C., & Crane, L. (2021). “Camouflaging” by adolescent autistic girls who attend both mainstream and specialist resource classes: Perspectives of girls, their mothers and their educators. *Autism*, 25(7), 2074–2086. <https://doi.org/10.1177/13623613211012819>

Haney, J. L. (2016). Autism, females, and the DSM-5: Gender bias in autism diagnosis. *Social Work in Mental Health*, 14(4), 396–407. <https://doi.org/10.1080/15332985.2015.1031858>

Happé, F. G. E. (1994). An advanced test of theory of mind: Understanding of story characters’ thoughts and feelings by able autistic, mentally handicapped, and normal children and adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 24(2), 129–154. <https://doi.org/10.1007/BF02172093>

Happé, F., & Frith, U. (2020). Annual research review: Looking back to look forward—Changes in the concept of autism and implications for future research. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(3), 218–232. [10.1111/jcpp.13212](https://doi.org/10.1111/jcpp.13212)

Hendrickx, S. (2024). *Women and girls on the autism spectrum* (2nd ed.). Jessica Kingsley Publishers.

Hull, L., Levy, L., Lai, M. C., Petrides, K. V., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., & Mandy, W. (2021). Is social camouflaging associated with anxiety and depression in autistic adults? *Molecular Autism*, 12(1), Article 13. <https://doi.org/10.1186/s13229-021-00421-1>

Hull, L., Mandy, W., Lai, M.-C., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., & Petrides, K. V. (2019). Development and validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q). *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49, 819–833. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3792-6>

Hull, L., Mandy, W., Lai, M.-C., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., & Petrides, K. V. (2017). “Putting on my best normal”: Social camouflaging in adults with autism spectrum conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(8), 2519–2534. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5>

Hull, L., Petrides, K. V., & Mandy, W. (2020). The female autism phenotype and camouflaging: A narrative review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 7, 306–317. <https://doi.org/10.1007/s40489-020-00197-9>

Jordan, D. (2021). *Autistic teenage girls’ lived experiences of masking* [Doctoral dissertation, University of Essex]. Tavistock and Portman NHS Foundation Trust.

- Joy, J., & Mia, C. (2024). *How not to fit in: An unapologetic guide to navigating autism and ADHD*. Thorsons.
- Kaat, A. J., Shui, A. M., Ghods, S. S., Farmer, C. A., Esler, A. N., Thurm, A., Georgiades, S., Bennett, T. A., Bishop, S. L., & Lord, C. (2020). Sex differences in scores on standardized measures of autism symptoms: A multisite integrative data analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(8), 919–928. [10.1111/jcpp.13284](https://doi.org/10.1111/jcpp.13284)
- Kapp, S. K. (Ed.). (2020). *Autistic community and the neurodiversity movement: Stories from the frontline*. Palgrave Macmillan
- Katy, E. (2024). *Girl unmasked: How uncovering my autism saved my life*. Pen & Sword Books.
- Lai, M.-C., Lombardo, M. V., Auyeung, B., Chakrabarti, B., & Baron-Cohen, S. (2015). Sex/gender differences and autism: Setting the scene for future research. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 54(1), 11–24. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2014.10.003>
- Lai, M.-C., Lombardo, M. V., Ruigrok, A. N. V., Chakrabarti, B., Wheelwright, S. J., Auyeung, B., Allison, C., & Baron-Cohen, S. (2016). Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. *Autism*, 21(6), 690–702. <https://doi.org/10.1177/1362361316671012>
- Livingston, L. A., Shah, P., Milner, V., & Happé, F. (2020). Quantifying compensatory strategies in adults with and without diagnosed autism. *Molecular Autism*, 10(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s13229-019-0308-y>
- Lockwood-Estrin, G., Milner, V., Spain, D., Happe, F., & Colvert, E. (2020). Barriers to autism spectrum disorder diagnosis for young women and girls: A systematic review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 8(3), 454–470. <https://doi.org/10.1007/s40489-020-00225-8>
- Malone, D., Keating, K., & Ryan, C. (2025). A qualitative exploration of the experiences of autistic adolescent girls and their mental health difficulties: A transdiagnostic approach. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s10803-025-07044-y>
- Mandy, W., & Lai, M.-C. (2017). Towards sex- and gender-informed autism research. *Autism*, 21(6), 643–645. <https://doi.org/10.1177/1362361317706904>
- Mandy, W. (2019). Social camouflaging in autism: Is it time to lose the mask? *Autism*, 23(7), 1879–1881. <https://doi.org/10.1177/1362361319878559>
- Miller, D., Rees, J., & Pearson, A. (2021). “Masking is life”: Experiences of masking in autistic and nonautistic adults. *Autism in Adulthood*, 3(4), 330–338. <https://doi.org/10.1089/aut.2020.0083>

- Mannion, A., & Leader, G. (2013). Comorbidity in autism spectrum disorder: A literature review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7(12), 1595–1616. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2013.09.006>
- Mantzalas, J., Richdale, A. L., & Dissanayake, C. (2022). A conceptual model of risk and protective factors for autistic burnout. *Autism Research*, 15(6), 976–987. <https://doi.org/10.1002/aur.2722>
- Marsh, W. W. (2022). *Recognizing autism in women and girls: When it has been hidden well*. Future Horizons, Inc.
- Mazzone, L., Siracusano, M., & Pelphrey, K. A. (Eds.). (2024). Autism spectrum disorder: Understanding the female phenotype. *JCPP Advances*, 4(1), e12294. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-62072-0>
- McKinney, A., O'Brien, S., Maybin, J. A., Chan, S. W. Y., Richer, S., & Rhodes, S. (2024). Camouflaging in neurodivergent and neurotypical girls at the transition to adolescence and its relationship to mental health: A participatory methods research study. *JCPP Advances*, 4, e12294. <https://doi.org/10.1002/jcv2.12294>
- Middletown Centre for Autism. (2021). *Autism and managing anxiety. Practical Strategies for Working with Children and Young People*. Middletown Centre for Autism.
- Milner, V., McIntosh, H., Colvert, E., & Happé, F. (2019). A qualitative exploration of the female experience of autism spectrum disorder (ASD). *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(6), 2389–2402. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-03906-4>
- National Autistic Society. (n.d.). *Autistic women and girls*. <https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/topics/identity/autistic-women-and-girls>
- Nichols, S., Moravcik, G., & Tetenbaum, S. (2009). Girls growing up on the autism spectrum: What parents and professionals should know about the pre-teen and teenage years. *Jessica Kingsley Publishers*. <https://doi.org/10.1007/s10803-009-0856-7>
- O'Connor, R. A. G., Doherty, M., Ryan-Enright, T., & Gaynor, K. (2023). Perspectives of autistic adolescent girls and women on the determinants of their mental health and social and emotional well-being: A systematic review and thematic synthesis of lived experience. *Autism*, 28(4), 816–830. <https://doi.org/10.1177/13623613231215026>
- Oliver, M. (1990). *Politics of disablement* (1st ed.). Red Globe Press. <https://doi.org/10.1007/978-1-349-20895-1>

Pearson, A., & Rose, K. (2020). A conceptual analysis of autistic masking: Understanding the narrative of stigma and the illusion of choice. *Autism in Adulthood*.

<https://doi.org/10.31219/osf.io/6rwa5>

Pisula, E., Pudło, M., Słowińska, M., Kawa, R., Strząska, M., Banasiak, A., & Wolańczyk, T. (2016). Behavioral and emotional problems in high-functioning girls and boys with autism spectrum disorders: Parents' reports and adolescents' self-reports. *Autism*, 21(6), 738–748.

<https://doi.org/10.1177/1362361316675119>

Raymaker, D. M., Teo, A. R., Steckler, N. A., Lentz, B., Scharer, M., Delos Santos, A., Kapp, S. K., Hunter, M., Joyce, A., & Nicolaidis, C. (2020). “Having all of your internal resources exhausted beyond measure and being left with no clean-up crew”: Defining autistic burnout. *Autism in Adulthood*, 2(2), 133–143. <https://doi.org/10.1089/aut.2019.0079>

Russo, F. (2018). The costs of camouflaging autism. *Spectrum: Autism Research News*.

<https://doi.org/10.53053/ZNSG1811>

Rynkiewicz, A., Schuller, B., Marchi, E., Piana, S., Camurri, A., Lassalle, A., & Baron-Cohen, S. (2016). An investigation of the ‘female camouflage effect’ in autism using a computerized ADOS-2 and a test of sex/gender differences. *Molecular Autism*, 7(10). <https://doi.org/10.1186/s13229-016-0073-0>

Sedgewick, F., Hull, L., & Ellis, H. (2021). *Autism and masking: How and why people do it, and the impact it can have*. Jessica Kingsley Publishers.

Seers, K., & Hogg, R. C. (2021). “You don’t look autistic”: A qualitative exploration of women’s experiences of being the “autistic other.” *Autism*, 25(6), 1553–1564.

<https://doi.org/10.1177/1362361321993722>

Seers, K., & Hogg, R. C. (2022). “Fake it ‘till you make it”’: Authenticity and wellbeing in late diagnosed autistic women. *Feminism & Psychology*, 33(1), 23–41.

<https://doi.org/10.1177/09593535221101455>

Shakespeare, T. (2014). *Disability rights and wrongs revisited* (2nd ed.). Routledge.

Solomon, M., Miller, M., Taylor, S. L., Hinshaw, S. P., & Carter, C. S. (2011). Autism symptoms and internalizing psychopathology in girls and boys with autism spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 42(1), 48–59. <https://doi.org/10.1007/s10803-011-1215-z>

South, M., Beck, J. S., Lundwall, R., Christensen, M., Cutrer, E. A., Gabrielsen, T. P., Cox, J. C., & Lundwall, R. A. (2019). *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(10), 3606–3619.

<https://doi.org/10.1007/s10803-019-04324-2>

Tierney, S., Burns, J., & Kilbey, E. (2016). Looking behind the mask: Social coping strategies of girls on the autistic spectrum. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 23, 73–83.

<https://doi.org/10.1016/j.rasd.2015.11.013>

Tso, M., Strnadová, I., Danker, J., & O'Neill, S. (2023). Peer interactions of school-aged girls on the autism spectrum: A scoping review. *Australasian Journal of Special and Inclusive Education*, 47(1), 40–62. <https://doi.org/10.1017/jsi.2023.2>

Turner, D. M., & Stagg, K. (Eds.). (2006). *Social histories of disability and deformity: Bodies, images and experiences (1st ed.)*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203008522>

Urbaniak, K., & D'Amico, M. (2024). Disability barriers autistic girls face in secondary education: A systematic review. *Autism*, 29(4), 1019–1033. <https://doi.org/10.1177/13623613241294189>

Vine Foggo, R. S., & Webster, A. A. (2017). Understanding the social experiences of adolescent females on the autism spectrum. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 35, 74–85.

<https://doi.org/10.1016/j.rasd.2016.11.006>

Ward, M., & Powell, L. (2025). Supporting mainstream school staff in England to meet the needs and address educational inequalities in autistic girls. *International Journal of Inclusive Education*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/13603116.2025.2560002>

West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender & Society*, 1(2), 125–151.

<https://doi.org/10.1177/0891243287001002002>

Wood-Downie, H., Wong, B., Kovshoff, H., Mandy, W., Hull, L., & Hadwin, J. A. (2020). Sex/gender differences in camouflaging in children and adolescents with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(5), 1353–1364. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04615-z>