

РЕСУРСЕН ЦЕНТАР  
на родители на деца  
со посебни потреби



Што треба да знаеме и  
како да се однесуваме

кон лицата со

**ЦЕРЕБРАЛНА  
ПАРАЛИЗА?**

# Церебралната парализа има многу лица и сите се насмеани!

Не постојат две лица со церебрална парализа што се исти, исто како и луѓето. Некои можат да одат, други, пак, се во инвалидска количка - сите сме различни, впрочем, како и сите луѓе!



Јас можам да разберам, да видам и да слушнам сè, но можеби секогаш нема да можам да одговорам онака како што очекуваш, често имам проблем да ги изразам своите емоции на начини на кои си навикнат и кои ти се познати.

Сè што тебе ти е лесно да го направиш, на пример, да се напиеш вода, да седнеш на столче, да го напишеш своето име, јас морам да го повторувам најмалку 10.000 пати за да го научам. Некои постапки колку и да ги повторувам, за жал, нема да бидам во можност самостојно да ги направам и целиот живот ќе имам потреба од помош.



**Комуницирај со мене на начин на кој комуницираш со сите други и биди трпелив!**

И говорот е „движење“ и некогаш нема да бидам во состојба да одговорам на јазик разбирлив за тебе. За да ми помогнеш, можеш да ми покажеш, да поставиш прашања на кои можам кратко да ти одговорам, да ми покажеш картички, но не заборавај, секогаш прави го тоа со почитување, бидејќи иако те разбираам во целост, имам тешкотии да ти одговорам.

**Јас можам да направам сè, но на различен начин и со помош. Ако можеш, помогни ми!**



Церебралната парализа влијае врз мојата можност да се движам, но мојата интелигенција, личност, смисла за хумор, желби и соништа се слични на твоите.



## **Опушти се! Церебралната парализа не е заразна!**

Церебралната парализа не е болест. Никој не може да се зарази или да се излекува од церебрална парализа. Тоа е повреда на мозокот. Мозочната повреда може да биде предизвикана од различни фактори!

## **Сите сме различни!**

Две лица никогаш не можат да имаат идентични симптоми. Ограничувањата варираат врз основа на местото и интензитетот на повредата на мозокот.



## **Движењето е предизвик само доколку немаме помагала!**

Едно дете може да има церебрална парализа, но и да оди. Не секое дете или лице со церебрална парализа треба да користи инвалидска количка за да биде мобилно. Некои можат да одат или да користат различни помагала, како, на пример, патерици, одалки и други помагала.

# Јас сум интелигентен!

Интелектуалната попреченост и церебралната парализа се две различни пречки во развојот. Понекогаш луѓето со церебрална парализа, исто така, имаат интелектуална попреченост, но во многу случаи, тие имаат од просечен до натпросечен коефициент на интелигенција.



## Мојата церебрална парализа е уникатна!

Лицата со церебрална парализа можат да имаат и комбинирани пречки што се јавуваат поради состојбата, па така, можат да имаат проблеми со видот, слухот и/или вниманието. Но повторно, секој е различен, а понекогаш и лицето со церебрална парализа може да има одличен слух, вид и внимание.



Говорот ми е предизвик, но сепак, можеме да најдеме начин да комуницираме ако се потрудиме!

Пречките во говорот се чести кај оние што имаат церебрална парализа. Говорните пречки значат дека може да биде малку тешко да се разбере неговиот говор или да не зборува воопшто.





За среќа, технологијата и иновациите им дадоа на луѓето со говорни пречки различни можности за комуникација. Само бидете трпеливи, разбирливи во вашиот говор и слушајте. Бидете креативни, може да се договориме да трепкам или да правам движење со рацете за да можам да одговорам на прашањата што ги поставуваш. Сè што е потребно е само желба!

Иако моето тело е здраво, секогаш не можам да го контролирам онака како што би сакал, немој чудно да ме гледаш, секогаш ја немам контролата над своето тело!

Иако изгледам дека имам проблеми со телото (нозете, рацете, торзото, итн.), всушност, моето тело е идентично здраво како и твоето. Имам тешкотии во движењето што доаѓаат од повреда на мојот мозок.

Помисли на компјутер што не работи како што треба. Го притискаш десното копче, но понекогаш тоа едноставно не реагира. Јас секогаш ја испраќам правата порака од мозокот,



но мускулите не секогаш ја добиваат точната порака што сум наумил да ја испратам. И тоа важи за сè!

**Иако имам попреченост, јас сум сè уште  
личност со потреби!**

Детето со церебрална парализа е уште дете. Како и сите други, има потреба од љубов, водство, поддршка, игра, креативност и правила. НЕ СОЖАЛУВАЈ МЕ! Нема потреба од некој специјален третман само затоа што имам постојана потреба од нечија помош.

**Сè уште не постои лек за церебралната  
парализа, но тоа не нè спречува да се  
надеваме дека ќе се измисли!**



Физикалната терапија, професионалното менторство, говорни терапии и терапиите во вода се одлични за луѓето со церебрална парализа. Тие помагаат во зајакнувањето на мускулите и им помагаат да имаат подобра контрола.

# Јас можам сè



Некои луѓе што имаат церебрална парализа можат да возат автомобили, други, пак, не. Приспособувањата на возилата го овозможуваат ова, но понекогаш спастичноста и несаканите движења го отежнуваат возењето на автомобилот - барем додека технологијата не се подобри.



## Можам да јавам коњ и да возам велосипед!



Движењата на коњот се докажано најслични на оние што статички ги прави телото што се движи. Јавањето ми помага да ја почувствувам гравитацијата на начинот на кој ја чувствувааш и ти! Велосипедот ми помага да ги зајакнам мускулите, а и да имам забавни активности!



## Можам и сакам да одам на училиште!

Децата со церебрална парализа можат да бидат вклучени во редовната настава, но секако, важно е да се обезбеди адаптиран простор.

## Сакам да работам, и можам да работам!



Луѓето што имаат церебрална парализа обично сакаат да работат, но компаниите често ги дискриминираат и не ги вработуваат. Моите соншта професионално да се остварам се идентични како и твоите, би сакал да заработам пари и да обезбедам подобар живот за моето семејство.

## Сакам да имам семејство, и имам право на тоа!

Жените и мажите со церебрална парализа можат да имаат деца, а жените можат да имаат здрава бременост. Церебралната парализа не е генетска и не влијае врз нероденото бебе.



## Како да помогнеш кога ќе се сретнеме!

Ако ме видиш дека се движам бавно и со тешкотии во одењето, доколку се сретнеме, обезбеди ми доволно простор!



Доколку имам тешкотии да станам од столче, помогни ми, но прво прашај ме, можеби ми е потребно само повеќе време!

Доколку мојата количка не може да се качи на тротоар, можеш да ме прашаш дали ми треба помош, доколку ти одговорам потврдно, помогни ми да ги совладам пречките што ги има во околината (тротоар, скали или други пречки).



## Движење

Децата и лицата со церебрална парализа, дури и ако се движат самостојно, некогаш им е потребно да се придржат со цел да ја задржат рамнотежата. Најчесто можат да одат потпрени на сид, да се држат за ограда или сл. Ако можеш, понуди се да помогнеш, но секогаш остави го лицето со церебрална парализа да одреди на кој начин ќе се движи!



Можете само и да стоите блиску во случај лицето со церебрална парализа да изгуби рамнотежа, а вие да помогнете повторно да ја воспостави. Исто е и со децата!

## Поздравување

Сакам да ме поздра- виш на ист начин како и сите други, но некогаш нема да можам да ти подадам рака што не значи



дека треба да ме потапкаш по глава! Не сум бебе ниту милениче. Можеби ќе успеам да те отпоздравам на начин на кој единствено можам да се изразам. Можеш и да ја земеш мојата рака и да ми помогнеш да се ракувам со тебе.

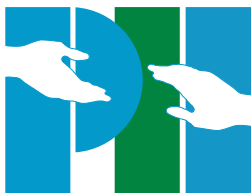
## Саливација

Иако сум возрасен, некогаш може да се случи да не можам да ја исконтролирам мојата саливација! Знам дека тоа не е пријатно за гледање, понуди ми шамиче! Иако ти е непријатно, твојот поглед и реакција можат да ме засрамат, па уште повеќе да имам проблем со мојата саливација!

## Прва помош

Едно од 4 лица со церебрална парализа има епилепсија, што е сериозна состојба. Доколку имам епилептичен напад, важат истите правила за прва помош. Никако во никој случај не обидувај се да го извадиш мојот јазик. Помогни ми да легнам на земја свртен настрана со едната рака испружена на подот и стрпливо чекај да помине епилептичниот напад. Во меѓувреме, извести ја брзата помош за случувањето и стрпливо чекај. Не реагирај панично! Паниката само го продлабочува и го влошува нападот.





**РЕСУРСЕН ЦЕНТАР**  
на родители на деца  
со посебни потреби

**РЕСУРСЕН ЦЕНТАР**

ул. Васко Карангелески 33

1000 Скопје

++389 78 449 851

++389 78 449 852

[www.resursencentar.mk](http://www.resursencentar.mk)

Изработката на брошурата е овозможена со финансиска поддршка на УНИЦЕФ, во рамките на проектот: „Зголемување на можностите за инклузија и подобрување на квалитетот на животот на децата со попреченост преку оснажување на нивните родители и семејства“.



Ставовите изнесени во оваа брошура се на авторите и не мора да се совпаѓаат со ставовите и политиките на УНИЦЕФ.