

QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara



Çka duhet të dimë
**PËR PERSONAT ME
PENGESA
INTELEKTUALE**

[TO E INTELKTUALNA POPRENOST?

Pengesat intelektuale, që ndonjëherë quhen edhe si vonesë mendore, janë gjendje neurologjike, gjegjësisht gjendje e trurit që manifestohet me inteligjencë nën-mesatare ose me aftësi të kufizuara të të menduarit, gjegjësisht:

- ✓ **aftësi për të menduarit racional dhe të logjikshëm**
- ✓ **aftësi për gjykim dhe nxjerrje të përfundimeve**
- ✓ **aftësi për të mësuar dhe mbajtur mend**



Personat me pengesa intelektuale gati se çdoherë e kanë të vështirë të mbajnë përqendrimin dhe vëmendjen, memorien e punës dhe funksionet ekzekutive të trurit.

Kufizimet janë të ndara në dy fusha kryesore:

- **Funksionim intelektual** – ka të bëjë me aftësinë e personit që të mësojë gjëra të reja, të mendojë, të marrë vendime dhe të zgjidh problemet.

- **Sjellje adaptive** – ka të bëjë me zhvillimin e shkathtësive të domosdoshme për jetën e përditshme, siç janë aftësia për komunikim me të tjerët dhe kujdesi për veten.

Personat me pengesa intelektuale mund edhe të mësojnë shkathtësi të reja, por kjo ndodh ngadalë dhe kërkon shumë vëmendje. Zakonisht, personave me pengesa intelektuale ju nevojitet ndihmë për kryerjen e aktiviteteve të përditshme.

SHKAQE

Çdoherë kur ndonjë faktor do të shkaktojë ndalesë në zhvillimin normal të trurit, mund të vijë deri në pengesa intelektuale.



Shkaqet që më së shumti diagnostifikohen për pengesat intelektuale janë:

- ✓ **Gjendja gjenetike** (gjendja gjenetike, siç janë Sindroma Daun dhe Sindroma X fragile).
- ü **Probleme gjatë shtatzënisë** (përdorimi i alkoolit ose drogës, ushqimi i pamjaftueshëm ose infeksione të caktuara tek prindi).
- ✓ **Probleme gjatë lindjes** (pengesat intelektuale mund të shfaqen kur foshnjës i është ndaluar oksigjeni gjatë lindjes ose ka lindur para kohe).

- ✓ **Sëmundje ose lëndim i foshnjës** (infeksione si meningjiti, kolla e madhe ose fruthi mund të shkaktojnë pengesa intelektuale; lëndim i rëndë traumatik i kokës dhe trurit, mbytja, mosushqimi ekstrem, infeksionet e trurit, ekspozim ndaj substancave toksike dhe abuzimi i rëndë i fëmijës).
- ✓ **Asnjëra prej të përmendurave.**
Tek dy të tretat e të gjithë fëmijëve që kanë të diagnostifikuar pengesa intelektuale, shkaku është i panjohur!

SIMPTOMAT

Ekzistojnë një numër i madh i shenjave dhe simptomave të ndryshme të pengesave intelektuale tek fëmijët. Shenjat mund të shfaqen gjatë fëmijërisë, zakonisht pas 3-4 viteve ose nuk vërehen derisa fëmija nuk arrin moshën shkollore. Shpesh, për herë të parë vërehen gjatë viteve shkollore, ku është e dukshme ngecja në krahasim me moshatarët, dhe kjo varet nga serioziteti i pengesave.

Shenjat dhe simptomat më të shpeshta të pengesave intelektuale janë:

- ✓ zhvillimi i vonuar psiko-fizik
- ✓ probleme me orientimin në hapësirë dhe kohë
- ✓ probleme me të folurit dhe të shprehurit
- ✓ probleme me mësimin dhe mbajtjen mend
- ✓ mungesë e shkathtësive themelore të jetës
- ✓ mungesë e shkathtësive motorike
- ✓ paaftësi për lidhje të veprimeve dhe reagi-meve logjike



- ✓ paaftësi për mendim logjik dhe zgjidhje të problemeve
- ✓ probleme me shoqërim dhe komunikim
- ✓ probleme me sjelljen në shtëpi dhe vende tjera
- ✓ tolerancë e ulët ndaj stresit dhe frustracionit
- ✓ hiperaktivitet dhe impulsivitet
- ✓ shpërthime të zemërimit dhe tantrume

PËRFAQËSIMI

Një në 100 fëmijë ballafaqohet me pengesa intelektuale me shkallë të ndryshme. Përfaqësimi është gati se dy herë më i lartë në vendet me paga të ulëta dhe të mesme në krahasim me vendet me paga të larta. Fëmijët dhe adoleshentët janë më të prekur nga kjo gjendje dhe më së shpeshti paraqitet tek fëmijët dhe personat me gjendje të tjera neurologjike (pengesa të kombinuara).

DIAGNOZA DHE NDARJA

Teste për IQ (koeficient i inteligjencës) janë mjete në procesin e diagnostifikimit të pengesave

intelektuale. Rezultati mesatar është 100, kurse shumica e njerëzve arrijnë rezultate mes 85 dhe 115. Një person konsiderohet të ketë pengesa intelektuale nëse ka IQ rezultat më të vogël se 70.

Edhe pse rezultatet nga IQ testet janë akoma relevante dhe të rëndësishme për vlerësim të nivelit të pengesave intelektuale, udhëzimi i ri botëror për diagnostifikim (DSM-V) shton edhe një lloj kriteri diagnostik. Profesionistët në qendrat për shëndet mendor e kryejnë vlerësimin e funksionaliteteve të personit në tre fusha:

- ✓ Aftësi kognitive
- ✓ Aftësi sociale
- ✓ Aftësi praktike të jetës.

Pengesa të lehta intelektuale (IQ 50 deri 70)

- zhvillimi i vonuar i aftësive kognitive
- pa karakteristika dhe pengesa fizike të jozakonshme
- të aftë të mësojnë shkathtësi praktike të jetës
- të aftë të mësojnë lexim dhe matematikë
- të aftë të marrin pjesë në proceset shoqërore
- të aftë të funksionojnë të pavarur në jetën e përditshme

Rreth 85 % të njerëzve me pengesa intelektuale i takojnë kësaj kategorie. Njeriu që mund të lexojë, por ka pengesa të kuptojë çka lexon, paraqet shembull për dikë me pengesa të lehta intelektuale.



Pengesa të mesme intelektuale (IQ 35 - 49)

- vonesa në zhvillim (të folurit, shkathtësi motorike, shkathtësi të buta)
- mund të ketë abnormalitet ose pengesa fizike (gjuhë e trashë, apnea, e të ngjashme)
- mund të komunikojnë në mënyrë të thjeshtë
- mund të mësojnë shkathtësi themelore për shëndet dhe siguri
- mund të kujdesen për veten
- mund të udhëtojnë vet në vende të afërta dhe të njohura

Personat me pengesa të mesme intelektuale kanë shkathtësi themelore të komunikimit, por nuk mund të komunikojnë për tema dhe probleme të ndërlikuara. Ata mund të kenë pengesa në situata sociale për shkak të paragjyqimeve shoqërore. Mund të kujdesen për veten, por ndonjëherë kanë nevojë për ndihmë dhe përkrahje nga ndonjë person ose asistent tipik.

Pengesa të rënda intelektuale (IQ 20 - 34)

- vonesa të konsiderueshme në zhvillim
- kuptojnë të folurit, por nuk kanë aftësi për komunikim

- mund të mësojnë rutina ditore
- mund të mësojnë kujdes të thjeshtë për veten
- nevojitet dhe rekomandohet mbikëqyrje dhe asistencë direkte në situata sociale.

Rreth 3-4 % të personave me pengesa intelektuale hyjnë në këtë kategori. Ata mund të komunikojnë vetëm në nivelet më themelore. Nuk mundën vet të kryejnë aktivitetet e përditshme dhe kanë nevojë për mbikëqyrje, ndihmë dhe përkrahje të përditshme. Shumica e personave në këtë kategori nuk mundën me sukses të jetojnë jetën në mënyrë të pavarur.

Pengesa të thella intelektuale (IQ nën 20)

- vonesa të konsiderueshme të zhvillimit në të gjitha fushat
- abnormalitete të dukshme fizike
- mundën të përgjigjen vetëm në aktivitete themelore fizike dhe sociale
- nevojitet mbikëqyrje e kujdesshme
- nevojitet shoqëruar për të ndihmuar në aktivitetet e përditshme
- nuk janë të aftë për jetesë të pavarur.

Rreth 1-2 % nga personat me pengesa intelektuale i përkasin kësaj kategorie. Njerëzit me pengesa të thella intelektuale kërkojnë ndihmë, përkrahje dhe kujdes të pandërprerë 24-orësh. Ata varen nga të tjerët në të gjitha aspektet e jetës së përditshme dhe kanë aftësi të kufizuar për komunikim. Shpesh personat në këtë kategori kanë edhe kufizime të tjera fizike.

NDIHMË DHE PËRKRAHJE

Njohja e shenjave dhe simptomave tek fëmijët prej moshës më të re është shumë e rëndësishme në procesin e zbulimit, intervenimit dhe parandalimit të hershëm. Intervenimi i hershëm është i rëndësishëm, por asnjëherë nuk është tepër vonë të kërkonti ndihmë dhe përkrahje për fëmijën.

Ballafaqimi me faktin që një fëmijë me të vërtetë ka nevojë për ndihmë dhe përkrahje për zhvillimin e duhur psiko-fizik është hapi i parë që duhet ta bëjnë prindërit ose kujdestarët. Të gjithë që janë të përfshirë në procesin për kujdesin dhe edukimin e fëmijës, duhet të jenë të vetëdijshëm për nevojat e posaçme që i ka fëmija në atë çast dhe që do t'i ketë në ardhmëri.

Disa gjëra që duhet doemos t'i bëjnë prindërit, kujdestarët dhe familjet:

- ✓ Të mësoni më tepër për pengesat intelektuale si gjendje neurologjike.
- ✓ Të pranoni gjendjen dhe kufizimet që janë pasoja nga gjendja.
- ✓ Të përshtatni pritjet për fëmijën në të gjitha aktivitetet shoqërore, arsimore dhe sociale.
- ✓ Të mësoheni të keni durim.
- ✓ Të kujdeseni për veten, pasi që fëmija i juaj varet prej jush.
- ✓ Të flitni me familjen më të gjerë dhe të shpjegoni situatën.
- ✓ TË KËRKONI NDIHMË!

Ekzistojnë grupe për përkrahje të familjeve të personave me pengesa intelektuale, si dhe shoqata qytetare që ofrojnë ndihmë dhe përkrahje në formë të rrjetëzimit, konsultimit dhe ato organizojnë trajnime për ndihmë dhe përkrahje.

KUJDESI

Kujdesi i përditshëm, përfshirë edhe ballafaqimi me fëmijë me pengesa intelektuale, mund të jetë shumë i vështirë dhe të shkaktojë stres, veçanërisht nëse fëmija ka probleme emocionale dhe probleme me sjelljen, si për shembull: kokëfortësi, obsesivitet, impulsivitet, anksozitet, depresion, agresivitet, vetë-lëndim dhe lëndim të tjerëve, paturpësi dhe sulme.

Të gjithë që janë të përfshirë në procesin e kujdesit, arsimimit, shoqërimit dhe rehabilitimit, duhet të njihen me nevojat e posaçme individuale, pengesat dhe funksionalitetet individuale të personit, përfshirë edhe qëllimet e planit individual për zhvillim.



PERSPEKTIVA

Fëmijët dhe personat me pengesa intelektuale mundën dhe dinë të mësojnë gjëra të reja, të mësojnë shprehi të reja, të avancojnë në të gjitha fushat në jetë, por sidoqoftë, përparimi më së shumti varet prej nivelit të pengesave.

Personat me pengesa intelektuale janë të ekspozuar ndaj rrezikut prej problemeve potencialisht serioze në adoleshencë dhe pjekuri:

- ✓ pengesa në krijimin e lidhjeve dhe shoqërimin
- ✓ jostabilitet emocional
- ✓ dështim akademik ose vonesë e procesit arsimor
- ✓ aftësi pune
- ✓ pavarësi dhe vetë-ruajtje
- ✓ sjellje e rrezikshme seksuale
- ✓ keqpërdorimi i substancave.

KËSHILLA PËR PRINDËR

Bëni listë:

- ✓ Cilat janë anët e forta të fëmijës tim?
- ✓ Si mundem të përkrah fëmijën tim?
- ✓ Cilat janë opsionet për trajtim dhe terapi?
- ✓ Ku do të zhvillohen trajtimet ose terapia?
- ✓ A do të ketë medikamente?
- ✓ A duhet të vizitojmë të punësuar tjerë shëndetësorë (fizioterapistë, terapistë të të



folurit, terapistë, psikologë ose punëtorë social profesionist)?

- ✓ Çfarë shërbime dhe përkrahje tjera janë në dispozicion?
- ✓ Si do të ndryshojnë punët me kalimin e kohës?
- ✓ Flisni me familjen më të gjerë dhe me shokët dhe ua shpjegoni gjendjen.

Flisni me punëtorët shëndetësor që kujdesen për fëmijën tuaj dhe zhvilloni plan për kujdes, zhvillim dhe rehabilitim. Ky plan i përmban trajtimet, terapitë, medikamentet dhe gjërat tjera që i nevojiten fëmijës tuaj.

Flisni me punëtorin social që të shihni çfarë ndihme dhe përkrahje mund të fitoni nga qeveria lokale. **Shembull për këtë ndihmë është sigurimi i asistentit personal në shkollën ku fëmija ndjek mësimin.**

MESAZHE NGA PRINDËRIT

- Nuk mundesh gjithmonë të dish nëse dikush ka ndonjë pengesë. Të gjitha pengesat nuk janë të dukshme, andaj, mos gjyko menjëherë!
- Mos bëni supozime për potencialin e fëmijës duke njohur karakteristikat e përgjithshme të pengesave. Personat me pengesa janë të ndryshëm dhe kanë aftësi të ndryshme – domethënë, njësoj si të gjithë njerëzit e tjerë.
- Nëse vëreni që ndonjë person mundet të luftojë me ndonjë situatë, pyetni: Si mundem të ndihmojë ose a mundem të ndihmojë?
- Mos thoni – së paku nuk është ndonjë sëmundje me pasoje vdekjeprurëse. Besoni, kjo nuk ndihmon aspak.



- Nëse në klasën e fëmijës tuaj mëson ndonjë fëmijë me pengesa, kuptohet, ftojeni në zbavitje ose shoqërimi joformale. Shumë prindër thonë që fëmijët e tyre nuk janë të ftuar në zbavitje dhe shoqërimi.
- Dhe më e rëndësishme – Mos ia ngulni sytë fëmijës, e as familjes!

MITE DHE FAKTE

Mit: Pengesat intelektuale janë problem gjenetik i trashëguar.

Fakt: Pengesat intelektuale vetëm ndonjëherë janë të trashëguara. Më së shpeshti, ato janë të shkaktuara nga ndikime epigjenetike, gjegjësisht të jashtme, prej të cilave disa mund të parandalohen, kurse shkalla e pengesave mund të rregullohet.

Mit: Pengesat intelektuale janë ngjitëse.

Fakt: Kjo është krejtësisht e pasaktë, pasi që pengesat intelektuale nuk përçohen me çfarëdo lloji të kontaktit fizik.

Mit: Personat me pengesa intelektuale nuk mund të kontribuojnë për komunitetin dhe shoqërinë.

Fakt: Njerëzit me pengesa intelektuale funksionojnë shumë mirë me përkrahje dhe inkurajim nga familja dhe komuniteti. Ata mund të marrin pjesë dhe të kontribuojnë në të gjitha proceset shoqërore. Prindërve dhe kujdestarëve ju nevojitet përkrahje nga komuniteti.

Mit: Fëmijët me pengesa intelektuale nuk mundën të disiplinohen.

Fakt: Ashtu si të gjithë fëmijët, fëmijët me pengesa intelektuale gjithashtu mundën, dinë, janë të aftë dhe kuptohet, duhet të mësojnë standardet për sjellje të mirë dhe të pranuar në shoqëri. Sidoqoftë derisa disiplinohen, duhet të merren parasysh kufizimet e tyre.



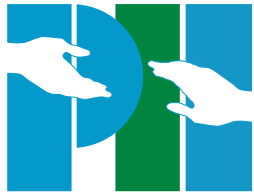
Mit: Medikamentet dhe vitaminat mund të shërojnë pengesat intelektuale.

Fakt: Kur pengesat intelektuale shkaktohen nga një gjendje që mund të shërohet, shërimi i përshtatshëm i kësaj gjendjeje mund të rregullojë nivelin e pengesave. Sidoqoftë, nuk ka medikamente që mund të stimulojnë trurin e dëmtuar fizikisht.

Mit: Çdo sëmundje mendore në fund shpie në vonesë mendore.

Fakt: Pengesat mendore nuk janë sëmundje mendore. Kjo do të thotë që personi zhvillon kapacitet intelektual nën nivelin mesatar. Personat që ballafaqohen me gjendje të tillë kanë nevojë për kujdes, ndihmë të vazhdueshme dhe sistem të posaçëm të arsimimit.

Të gjithë prindërit kanë nevojë për përkrahje në ruajtjen e fëmijëve të vetë, pa marrë parasysh nëse kanë fëmijë me pengesa ose jo.



QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara

QENDRA E RESURSEVE

rr. Vasko Karangeleski 33

1000 Shkup

++389 78 449 851

++389 78 449 852

www.resursencentar.mk

Hartimi i broshurës është mundësuar me mbështetjen financiare e UNICEF-it, në kuadër të projektit: "Rritja e Mundësive për Inkluzion dhe Përmirësimi i Cilësisë së Jetës së Fëmijëve me Aftësi të Kufizuara me anë të Fuqizimit të Prindërve dhe Familjeve të Tyre".



Qëndrimet e shprehura në këtë broshurë janë vetëm të autorëve dhe nuk duhet patjetër të përputhen me qëndrimet dhe politikat e UNICEF-it.