

РЕСУРСЕН ЦЕНТАР
на родители на деца
со посебни потреби



Што треба да знаеме ЗА ЛИЦАТА СО ИНТЕЛЕКТУАЛНА ПОПРЕЧЕНОСТ

ШТО Е ИНТЕЛЕКТУАЛНА ПОПРЕЧЕНОСТ?

Интелектуалната попреченост, понекогаш нарекувана и ментална ретардација, е невролошка состојба, односно состојба на мозокот што се манифестира со потпросечна интелигенција или ограничени когнитивни способности, односно:

- ✓ **способност за рационално и логично размислување**
- ✓ **способност за расудување и донесување заклучоци**
- ✓ **способност за учење и паметење**



Лицата со интелектуална попреченост речиси секогаш имаат тешкотии во задржување на фокусот и вниманието, работната меморија и извршните функции на мозокот.

Ограничувањата се поделени во две главни области:

- **Интелектуално функционирање** – се однесува на способноста на лицето да учи нови работи, да размислува, да донесува одлуки и да ги решава проблемите.

- **Адаптивно однесување** – се однесува на развој на вештини неопходни за секојдневниот живот, како што се способноста за комуникација со другите и грижата за себе.

Лицата со интелектуална попреченост можат и учат нови вештини, но тоа се случува полека и бара многу трпение. Вообичаено, на лицата со интелектуалната попреченост им е потребна помош во извршувањето на секојдневните активности.

ПРИЧИНИ

Секогаш кога некој фактор ќе предизвика застој во нормалниот развој на мозокот, може да дојде до интелектуална попреченост.



Најчестите дијагностицирани причини за интелектуална попреченост се:

- ✓ **Генетски состојби** (генетски состојби, како што се Даунов синдром и фрагилен X-синдром).
- ✓ **Проблеми во текот на бременоста** (користење алкохол или дрога, недоволна исхранетост, или одредени инфекции кај родителот).
- ✓ **Проблеми при породување** (интелектуалната попреченост може да е резултат во случај кога бебето е лишено од кислород за време на породувањето или е родено предвремено).

✓ **Болест или повреда на бебето** (инфекциите, како менингитис, голема кашлица или мали сипаници можат да доведат до интелектуална попреченост; тешка трауматска повреда на главата и мозокот, да вење, екстремна неисхранетост, инфекции во мозокот, изложеност на токсични супстанции и сериозна злоупотреба на детето).

✓ **Ниту едно од горенаведените.**

Кај две третини од сите деца што имаат дијагностирана интелектуална попреченост, причината е непозната!

СИМПТОМИ?

Постојат голем број различни знаци и симптоми на интелектуална попреченост кај децата. Знаците може да се појават за време на детството, обично по 3-4 години, или нема да бидат забележани додека детето не достигне училишна возраст. Најчесто, првата детекција се случува во училишните години, каде што е видлив застојот во однос на врсниците, а зависи од сериозноста на попреченоста.

Најчестите знаци и симптоми на интелектуална попреченост се:

- ✓ задоцнет психофизички развој
- ✓ проблеми со ориентацијата во просторот и времето
- ✓ проблеми со говорот и изразувањето
- ✓ проблеми со учењето и памтењето
- ✓ недостаток на основни животни вештини
- ✓ недостаток на моторни вештини
- ✓ неспособност за поврзување логични акции и реакции



- ✓ неспособност за логично мислење и решавање проблеми
- ✓ проблеми во социјализација и комуникација
- ✓ проблеми во однесувањето дома и на друга локација
- ✓ ниска толеранција на стрес и фрустрации
- ✓ хиперактивност и импулсивност
- ✓ изливи на бес и тантруми

ЗАСТАПЕНОСТ

Едно на 100 деца се соочува со интелектуална попреченост од различен степен. Застапеноста е речиси двапати поголема во земјите со ниски и средни приходи во споредба со земјите со високи приходи. Највисока застапеност е забележана кај децата и адолесцентите. Оваа состојба најчесто е застапена кај деца и лица со други невролошки состојби (комбинирана попреченост).

ДИЈАГНОЗА И КАТЕГОРИЗАЦИЈА

Тестовите за IQ (коефициент на интелигенција) се алатка во процесот на дијагностика

на интелектуалната попреченост. Просечниот резултат е 100, а мнозинството луѓе постигнуваат резултати меѓу 85 и 115. Едно лице се смета за интелектуално попречено ако има IQ резултат помал од 70.

Иако резултатите од IQ-тестовите сè уште се релевантни и важни за проценување на нивото на интелектуална попреченост, новиот светски прирачник за дијагностика (DSM-V) додава уште еден вид дијагностички критериуми. Професионалците во центрите за менталното здравје ја вршат процената на функционалностите на лицето во три области:

- ✓ Когнитивни вештини
- ✓ Социјални вештини
- ✓ Практични животни вештини.

Лесна интелектуална попреченост (IQ 50 до 70)

- задоцнет развој на когнитивните способности
- без необични физички карактеристики и попречености
- способни да научат практични животни вештини
- способни да научат читање и математика
- способни да се вклопат во општествените процеси
- способни да функционираат самостојно во секојдневниот живот.

Околу 85 % од луѓето со интелектуална попреченост спаѓаат во оваа категорија. Човек што може да чита, но има тешкотии да сфати што чита претставува пример за некој со лесна интелектуална попреченост.



Умерена интелектуална попреченост (IQ 35 - 49)

- доцнења во развојот (говор, моторни вештини, меки вештини)
- може да има физичка абнормалност или попреченост (дебел јазик, апнеа и слично)
- можат да комуницираат на едноставен начин
- можат да научат основни вештини за здравје и безбедност
- можат да се грижат сами за себе
- можат да патуваат сами на блиски и познати места.

Лицата со умерена интелектуална попреченост имаат основни комуникациски вештини, но не можат да комуницираат на сложени теми и проблеми. Тие може да имаат тешкотии во социјалните ситуации поради општествени предрасуди. Можат да се грижат за себе, но понекогаш им е потребна помош и поддршка од типично лице или асистент.

Тешка интелектуална попреченост (IQ 20 - 34)

- значителни одложувања во развојот
- го разбираат говорот, но немаат способност да комуницираат

- можат да научат дневни рутини
- можат да научат да водат едноставна грижа за себе
- потребен и препорачан е директен надзор и асистенција во социјални ситуации.

Околу 3-4 % од лицата со интелектуална попреченост спаѓаат во оваа категорија. Тие можат да комуницираат само на најосновните нивоа. Тие не можат самостојно да ги извршуваат секојдневните активности и имаат потреба од дневен надзор, помош и поддршка. Повеќето луѓе во оваа категорија не можат успешно да живеат самостоен и независен живот.

Длабока интелектуална попреченост (IQ под 20)

- значајни доцнења во развојот во сите области
- очигледни физички абнормалности
- можат да одговорат само на основни физички и социјални активности
- потребен е внимателен надзор
- потребно е придружник да помогне во секојдневните активности
- неспособни за самостојно живеење.

Околу 1-2 % од лицата со интелектуална попреченост спаѓаат во оваа категорија. Луѓето со длабока интелектуална попреченост бараат постојана 24-часовна помош, поддршка и грижа. Тие зависат од другите во сите аспекти на секојдневниот живот и имаат ограничена способност за комуникација. Често лицата во оваа категорија имаат и други физички ограничувања.

ПОМОШ И ПОДДРШКА

Препознавањето на знаците и симптомите кај децата уште од најрана возраст е од голема важност во процесот на рана детекција, интервенција и превенција. Раната интервенција е важна, но никогаш не е предоцна да побарате помош и поддршка за детето.

Соочувањето со фактот дека детето навистина има потреба од помош и поддршка за правилен психофизички развој е првиот чекор што мора да го направат родителите или старателите. Сите инволвирани во процесот на подигнување и воспитување на детето мора да бидат свесни за посебните потреби што ги има детето во моментот и ќе ги има во иднина.

Неколку работи што задолжително треба да ги направат родителите, старателите и семејствата:

- ✓ Дознајте повеќе за интелектуалната попреченост како невролошка состојба.
- ✓ Прифатете ги состојбата и ограничувањата што се последици од состојбата.
- ✓ Адаптирајте ги очекувањата за детето во сите општествени, образовни и социјални активности.
- ✓ Научете да бидете трпеливи.
- ✓ Грижете се за себе, бидејќи вашето дете зависи од вас.
- ✓ Зборувајте со поширокото семејство и објаснете ја состојбата.
- ✓ **ПОБАРАЈТЕ ПОМОШ!**

Постојат групи за поддршка на семејства на лица со интелектуална попреченост, како и здруженија на граѓани што нудат помош и поддршка во форма на вмрежување, консултација и организираат обуки за помош и поддршка.

ГРИЖА И НЕГА

Секојдневната грижа и нега, вклучително и справувањето со дете со интелектуална попреченост, може да биде многу напорно и стресно, особено ако детето има емоционални проблеми и проблеми во однесувањето, како, на пример, тврдоглавост, опсесивност, импулсивност, анксиозност, депресија, агресивност, самоповредување и повредување на другите, непристојност и нападноста.

Сите инволвирани во процесот на грижа, нега, образование, социјализација и рехабилитација, треба да бидат запознаени со индивидуалните посебни потреби, индивидуалните попречености и функционалности на лицето, вклучително и целите од индивидуалниот план за развој.



ПЕРСПЕКТИВА

Децата и лицата со интелектуална попреченост можат и умеат да учат нови работи, да стекнуваат нови навики, да напредуваат во сите полиња во животот, но сепак, напредокот многу зависи од степенот на попреченост.

Лицата со интелектуална попреченост се изложени на ризик за потенцијално сериозни проблеми во адолесценцијата и зрелоста:

- ✓ тешкотии во креирањето врски и социјализација
- ✓ емоционална нестабилност
- ✓ академски неуспех или одложување на образовниот процес
- ✓ деловна способност
- ✓ самостојност и самоодржување
- ✓ ризично сексуално однесување
- ✓ злоупотреба на супстанции.

СОВЕТИ ЗА РОДИТЕЛИТЕ

Направете листа:

- ✓ Кои се силните страни на моето дете?
- ✓ Како можам да го поддржам моето дете?
- ✓ Кои се опциите за третман и терапија?
- ✓ Каде ќе се одвиваат третманите или терапијата?
- ✓ Дали ќе бидат вклучени лекови?
- ✓ Треба ли да посетиме други здравствени работници (физиотерапевти, говорни и ја-



зични терапевти, професионални терапевти, психолози или социјални работници)?

- ✓ Кои други услуги и поддршка се достапни?
- ✓ Како ќе се менуваат работите со текот на времето?
- ✓ Зборувајте со поширокото семејство и пријателите и објаснете им ја состојбата.

Разговарајте со здравствените работници што се грижат за вашето дете и развијте план за нега, развој и рехабилитација. Овој план ги содржи третманите, терапиите, лековите и другите работи што му се потребни на вашето дете.

Разговарајте со социјален работник за да видите каква помош и поддршка може да добиете од локалната управа. **Пример за ваква помош е обезбедување личен асистент во училиштето каде што детето посетува настава.**

ПОРАКИ ОД РОДИТЕЛИТЕ

- Не можеш секогаш да препознаеш дали некој има некаква попреченост. Не се сите попречености видливи, затоа, не суди веднаш!
- Не правете претпоставки за потенцијалот на детето знаејќи ги општите карактеристики на попреченоста. Лицата со попреченост се различни и имаат различни способности – впрочем, како и сите други луѓе.
- Ако забележите дека некое лице може да се бори со некоја ситуација, прашајте: Како можам да помогнам или дали можам да помогнам?



- Не велете – барем не е некоја болест со смртни последици. Верувајте, тоа ни најмалку не помага.
- Ако во одделението на вашето дете учи и ученик со попреченост, секако, поканете го на забава или неформално дружење. Многу родители велат дека нивните деца не се поканети на забави и дружење.
- И најважно од сè – Не зјапајте во детето, ниту во семејството!

МИТОВИ И ФАКТИ

Мит: Интелектуалната попреченост е генетски, наследен проблем.

Факт: Интелектуалната попреченост само понекогаш е наследна. Најчесто таа е предизвикана од епигенетски, односно надворешни влијанија, од кои некои може да се спречат, а степенот на попреченост може да се поправи.

Мит: Интелектуалната попреченост е заразна.

Факт: Ова е сосема неточно, бидејќи интелектуалната попреченост не се пренесува со кој било тип физички контакт.

Мит: Лицата со интелектуална попреченост не можат да придонесат во заедницата и општеството.

Факт: Луѓето со интелектуална попреченост функционираат многу добро со доволно поддршка и охрабрување од семејството и заедницата. Тие можат да се вклучат и да придонесат во сите општествени процеси. На родителите и на старателите им е потребна поддршка од заедницата.

Мит: Децата со интелектуална попреченост не можат да се дисциплинираат.

Факт: Како и сите деца, така и децата со интелектуална попреченост, можат, знаат, умеат и, секако, треба да ги научат стандардите за добро и социјално прифатливо однесување. Сепак, важно е да се земат предвид нивните ограничувања додека се дисциплинираат.

Мит: Лекови и витамини можат да излекуваат интелектуална попреченост.

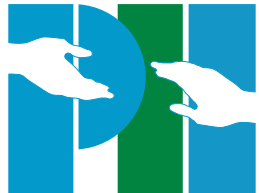


Факт: Кога интелектуалната попреченост е предизвикана од состојба што може да се излекува, соодветното лекување на таа состојба може да го поправи степенот на попреченост. Сепак, нема лекови што можат да го стимулираат физички оштетениот мозок.

Мит: Секоја ментална болест на крајот доведува до ментална ретардација.

Факт: Менталната попреченост не е ментална болест. Тоа значи дека лицето развива интелектуален капацитет под просечното ниво. Лицата што се соочуваат со таква состојба бараат постојана грижа, асистенција и посебен систем на образование.

Сите родители имат потреба од поддршка во одгледувањето на своите деца, без оглед на тоа дали имаат или не дете со попреченост.



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

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.