

Wychowując dziecko z niepełnosprawnością intelektualną

Co to znaczy być niepełnosprawnym intelektualnie?

Okolo 2,5% całej populacji ma niepełnosprawność intelektualną. Dla wielu rodziców wychowywanie dziecka z niepełnosprawnością intelektualną może być jednocześnie dezorientujące i przysparzające wielu smartwień. Ulotka ta dostarcza informacji, aby pomóc zrozumieć co to znaczy być niepełnosprawnym intelektualnie. Na stronie Opieki zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży (CAMHS) North Derbyshire można znaleźć więcej informacji:

www.camhsnorthderbyshire.nhs.uk

Osoba z niepełnosprawnością intelektualną może doświadczać trudności z:

Uczeniem się nowych umiejętności - może zabrać to więcej czasu i wymagać potrzeby wielokrotnych powtórzeń, niż rówieśnikom np. zapiąć zamek, używać toalety itp.

Generalizacją uczenia do nowych sytuacji - np. jeśli dziecko jest nauczone stania w kolejce na stołówce, może być mu trudno przenieść tą umiejętność do stania w kolejce w sklepie.

Pojęciami abstrakcyjnymi - dzieci mają problemy z myśleniem abstrakcyjnym, nie mogą zrozumieć niektórych pojęć, zwłaszcza odnoszących się do zjawisk i przedmiotów np. czas, abstrakcyjne lub kompleksowe słowa (np. później, niedługo, uczucia).

Komunikacją - trudne może okazać się zrozumienie tego, co zostało powiedziane przez innych oraz wyrażenie potrzeb. Niektóre dzieci do celów komunikacji mogą używać znaków/symboli.

Rozwiązywaniem problemów - może być trudne dla młodej osoby ważyć informacje i podejmować decyzje.



Istnieją trzy główne kryteria, na podstawie których diagnozuje się niepełnosprawność intelektualną:

1. Zmniejszona zdolność rozumienia informacji i uczenia się: zwyczajowo mierzy się ją przy pomocy IQ wynoszącego poniżej 70 (gdzie 100 jest średnie).

2. Upośledzone umiejętności funkcjonalne (np. komunikacja, umiejętności codziennego życia, dbanie o siebie, umiejętności socjalne).

3. Trwająca całe życie (wstępująca przed osiągnięciem wieku 18 lat).

Istnieją również inne poziomy niepełnosprawności intelektualnej, które czasem są używane do określenia potrzeb danej osoby:

IQ	Niepełnosprawność intelektualna w stopniu
50-70	Lekkim
35-50	Umiarkowanym
20-35	Znacznym

Niepełnosprawność intelektualna, a specyficzne trudności w uczeniu się

Niepełnosprawność intelektualna - ogólne upośledzenie funkcji poznawczych wpływających na ogólny rozwój.

Specyficzne trudności w uczeniu się - generalnie używane w szkole do określenia trudności ze specyficznym aspektem nauczania (np. czytaniem, matematyką, pisanie).

Co powoduje niepełnosprawność intelektualną?

Dla większości osób z niepełnosprawnością intelektualną, istniejące powody pozostają nieznanne, co powoduje frustrację. Czasem udaje się ustalić istniejące czynniki np. problemy genetyczne lub problemy podczas porodu.

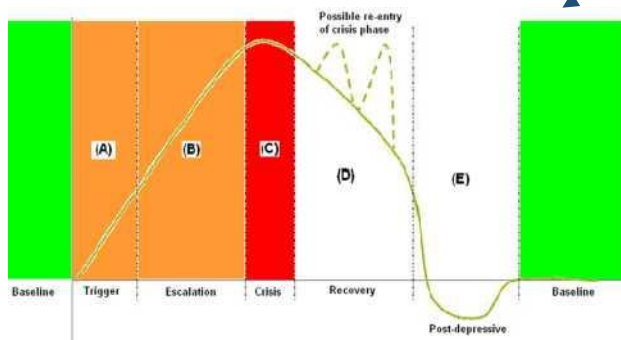
Rozwój

Dzieci z niepełnosprawnością intelektualną, tak jak inne młode osoby, będą się rozwijały i uczyły w czasie swojego dzieciństwa, ale we własnym tempie. Dziecko w trakcie rozwoju uczy się różnych umiejętności takich jak pierwsze kroki, uśmiechanie się lub mówienie. Są to umiejętności znane jako etapy rozwojowe. Dziecko z niepełnosprawnością intelektualną może nie osiągnąć etapów rozwojowych w tym samym czasie, co inni, i może nie osiągnąć innych etapów w całości.

Typowe wyzwania i rozterki

- Trudności emocjonalne i z zachowaniem są bardziej powszechne u dzieci z niepełnosprawnością intelektualną.
- Dzieje się tak, ponieważ ich zdolność do rozumienia otaczającego świata i komunikacja potrzeb może być ograniczona. Prowadzić to może do wzmożonego stresu, znanego również jako wysoki "poziom emocjonalnego pobudzenia".
- Ponadto, młode osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają trudności z samoregulacją (uspakajaniem się) bez pomocy innych. Mogą okazywać uczucia poprzez zachowanie.
- Dzieci z niepełnosprawnością intelektualną mogą mieć trudności w socjalizacji i zawiązywaniu przyjaźni z rówieśnikami. Powodem może być brak wspólnych zainteresowań lub trudności w dostrzeganiu punktu widzenia innych. Może to prowadzić do stresu i niskiej samooceny.

Wykres pobudzenia emocjonalnego



Oto wykres pobudzenia emocjonalnego. Kolory są zapożyczone ze światła ruchu drogowego. **Zielona** część "bazowa" przedstawia, jak osoba się czuje, kiedy poziom stresu jest niski. **Pomarańczowa** część pokazuje eskalację. Kiedy stres jest wysoki, młoda osoba osiąga **czerwoną** fazę "kryzysu", kiedy może okazywać niepokojące zachowanie (np. bicie, krzyczenie itp.). Potem poziomy znowu spadają, aż do powrotu do bazowej.

Dla dziecka z niepełnosprawnością intelektualną jest ważne, aby zrozumieć co powoduje wzrost stresu, aby zapobiec temu na tyle, na ile to możliwe. Ważne jest też, aby osoby z otoczenia pomagały dziecku się uspokoić, ponieważ może ono nie mieć jeszcze rozwiniętych tych umiejętności.

W jaki sposób można pomóc ...

Użyć jasnej komunikacji - używać krótkich i prostych wskazówek i zdań. Użyć pomocy wizualnej (obrazków i symboli) kiedy to możliwe. Pomaga to zrozumieć i zapobiega frustracji.

Unikać używania abstrakcyjnych pojęć (jak czas, uczucia lub kompleksowe słowa)- użyć wskazówki lub przedmioty z otoczenia w celu wsparcia zrozumienia (np. zamiast "zrobimy to później" spróbuj "zrobimy to po obiedzie").

Powtarzać instrukcje i modelować w prosty sposób (używając obrazków lub przedmiotów w celu zrozumienia) dla wielu dzieci pokazanie czynności pomaga lepiej w uczeniu się, niż powiedzenie czynności.

Wspierać mocne strony dziecka, zainteresowania i zdolności- wzmacnia to pozytywne zachowanie i rozwija poczucie wartości. Wspierać umiejętności socjalne poprzez wsparcie dorosłego w zajęciach.

Chwalić tak często, jak to możliwe - starać się skoncentrować na tym, co dziecko robi dobrze zamiast na tym, co robi źle. Pomoże to w uczeniu się np. uśmiechanie się i klaskanie, aby promować pozytywne zachowanie.

Należy być realistycznym w oczekiwaniach i żądaniach (niech będą stosowne dla dziecka, a nie wieku) - ograniczy to stawianie zbyt wysokich oczekiwań, co prowadzi do frustracji.