



CALMD

CAPITOLUL 1.

Delimitări conceptuale privind problemele de sănătate mintală



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

Sprijinul Comisiei Europene pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului care reflectă doar punctul de vedere al autorilor, iar Agenția Națională și Comisia nu pot fi considerate responsabile pentru orice utilizare care poate fi făcută a informațiilor conținute în aceasta.



www.projectcalmd.com



virtualcampus



duepunti ●●



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

Sprijinul Comisiei Europene pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului care reflectă doar punctul de vedere al autorilor, iar Agenția Națională și Comisia nu pot fi considerate responsabile pentru orice utilizare care poate fi făcută a informațiilor conținute în aceasta.

Cuprins

Concepte de bază legate de sănătatea mintală.....	3
Componentele unei bune sănătăți mintale.....	4
Dizabilitatea intelectuală.....	5
Impactul dizabilității intelectuale.....	6
Intersecția dintre sănătatea mintală și dizabilitatea intelectuală.....	7
Cine este elevul nostru?.....	7
Impactul dizabilității intelectuale asupra învățării.....	8
Cele zece porunci (reguli de bază în comunicarea cu persoanele cu dizabilități).....	8
Activități.....	10
Activitatea 1.....	11
Activitatea 2.....	11
Chestionar.....	12
Reflecții: Implicarea cu persoanele cu dizabilități de învățare/intelectuale.....	14



Concepte de Bază Legate de Sănătatea Mintală

Există multe definiții ale sănătății mintale și discuții în domeniu cu privire la ce înseamnă sănătate mintală.

Sănătatea mintală este un continuum, la capătul de boală, persoana este rareori în contact cu realitatea, de exemplu persoana care are o boală mintală severă poate fi diagnosticată cu schizofrenie sau în stadii avansate ale bolii Alzheimer. La partea sănătoasă, avem o persoană care demonstrează un nivel ridicat de bunăstare și conștientizare.

Componentele unei bune sănătăți mintale

- Un concept de sine pozitiv, un sentiment sănătos de sine.
- Conștientizarea responsabilității pentru comportamentul cuiva și consecințele acestuia.
- Comunicare eficientă, de succes.
- Schimbare-adaptabilitate și perspectivă.
- Menținerea unor relații interpersonale satisfăcătoare.
- Înțelegerea emoțiilor și acceptarea expresiilor sentimentelor și emoțiilor.
- Înțelegerea importanței menținerii unor relații bune și învățarea modului de utilizare a unei structuri de sprijin.

Atât comportamentul afișat, cât și mediul în care este privit contribuie la determinarea dacă cineva este considerat bolnav mintal. O incapacitate de a face față unei circumstanțe stresante ar putea duce la boli mintale.

Dizabilitate intelectuală

Referință:

[https://www.adcet.edu.au/inclusive-teaching/specific-disabilities/intellectual-disability#:~:text=Intellectual%20disability%20is%20usually%20identified%20during%20childhood%2C%](https://www.adcet.edu.au/inclusive-teaching/specific-disabilities/intellectual-disability#:~:text=Intellectual%20disability%20is%20usually%20identified%20during%20childhood%2C%20)

Termenul "dizabilitate intelectuală" se referă la un grup de afecțiuni cauzate de diverse tulburări genetice, probleme și complicații la naștere și infecții dobândite.

Dizabilitatea intelectuală este de obicei identificată în timpul copilăriei și are un impact continuu asupra dezvoltării unui individ.

Modalități de diagnosticare a ID-ului:

- Diferite tipuri de teste cognitive.
- Teste IQ.
- Evaluarea performanței în școli.
- Alte tipuri de documentație (note medicale, rezultate de laborator etc.).

Dizabilitatea intelectuală poate fi definită ca o capacitate semnificativ redusă de a înțelege informații noi sau complexe, de a învăța noi abilități și de a face față în mod independent realităților vieții, inclusiv în ceea ce privește funcționarea socială.

La fel ca în cazul tuturor categoriilor de dizabilități, există mai multe tipuri de dizabilități intelectuale cu grade diferite de gravitate.

Fiecare persoană cu o DI este diferită. Există diferite cauze ale dizabilității și diferențe considerabile în ceea ce privește natura și amploarea deficiențelor intelectuale și a limitărilor funcționale. De asemenea, trebuie să ținem cont de faptul că fiecare persoană are un trecut diferit și provine dintr-un mediu social diferit. Foarte important în adaptarea la realitatea vieții este, de asemenea, sprijinul familiei și posibilitățile financiare ale acesteia.

Unele persoane au tulburări genetice care au un impact grav asupra capacităților lor intelectuale, sociale și a altor abilități funcționale. Alții, cu deficiențe intelectuale ușoare, pot dezvolta abilități de viață adecvate și sunt capabili să ducă o viață de adult relativ independentă.

Impactul dizabilitatii intelectuale

Ce este dizabilitatea intelectuala?

- <https://youtu.be/PEa4bs4KJx0>

Intersecția dintre sănătatea mintală și dizabilitatea intelectuală

Atât psihologia, cât și psihiatria au ca scop promovarea sănătății mintale.

Numeroase probleme de comportament sunt cele care aduc persoanele cu DI la acești specialiști și, frecvent, îngrijitorii iau măsuri pentru a aborda unele dintre dificultățile cu care se confruntă. Pentru a-i ajuta pe acești oameni să meargă mai departe și să îmbunătățească viața lor și a persoanelor cu care trăiesc sau care îi îngrijesc, psihiatrii și psihologii lucrează cu pacienții pentru a le înțelege preocupările și ceea ce i-a adus la clinică.

Majoritatea persoanelor cu dizabilități intelectuale (PWID) nu sunt conștiente că, pe lângă DI, au și alte diagnostice psihiatrice, cum ar fi depresia și/sau anxietatea, pentru a numi doar două dintre cele mai frecvente, iar unele dintre ele pot dobândi schizofrenie din cauza medicamentelor psihiatrice prescrise pe care le iau de mulți ani pentru comportamentul lor dificil.

Persoanele cu dizabilități intelectuale (PWID) nu sunt capabile să verbalizeze atunci când se simt foarte deprimare sau foarte anxioase. Acestea au nevoie de sprijin pentru a-și exprima sentimentele și emoțiile, aproximativ 99% dintre trimerile în aceste domenii sunt cauzate de comportamentul lor. Principala sesizare este reprezentată de agresivitatea față de ceilalți sau față de ei înșiși sau de distrugerea proprietății. Sau există un alt comportament care îi îngrijorează pe îngrijitori, plecarea, fuga.

Cine este studentul nostru?

Referință:

Din: [Intellectual Disabilities | Encyclopedia of Social Work \(oxfordre.com\)](#)

Din gov: [Disability in australia-below](#)

Constatăm că clientul nostru are o dizabilitate intelectuală diagnosticată și de multe ori o problemă de sănătate mintală diagnosticată sau nedagnosticată, plus afecțiuni fizice (în special în cazul în care bolile genetice sunt implicate în diagnostic) de care pot fi conștienți sau nu. În plus, ar putea avea probleme financiare și sociale care ar putea fi copleșitoare.

Ei sunt stigmatizați în societate și ar putea avea un trecut traumatizant.

Este semnificativ să recunoaștem gama largă de experiențe și diferențe între persoanele cu dizabilități intelectuale. Persoanele cu dizabilități intelectuale ușoare până la moderate duc frecvent vieți independente, lucrând și trăind în comunitățile lor locale, cu puțină sau deloc asistență din partea familiilor lor sau a sistemului formal de servicii. Persoanele cu dizabilități mai severe ar putea avea nevoie de mult ajutor în activitățile zilnice de viață, precum și de supraveghere pentru a rămâne în siguranță. Persoanele cu caracteristici intelectuale și de dezvoltare cu dizabilitati sunt foarte diverse.

Impactul dizabilității intelectuale asupra învățării

În funcție de motivul care stă la baza, dizabilitatea intelectuală a unui individ va avea consecințe diferite asupra abilităților sale de învățare.

Capacitatea unei persoane de a învăța poate fi afectată semnificativ de o serie de trăsături comune, cum ar fi:

- probleme cu comunicarea și abilitățile sociale, dificultăți în înțelegerea informațiilor noi;
- procesare mentală lentă, provocări cu informații noi și procesare secvențială și înțelegere a conceptelor abstracte.

Cele zece porunci (reguli de bază în comunicarea cu persoanele cu dizabilități)

Referință

Din: Disability in Australia: intellectual disability (AIHW bulletin no. 67, November 2008) (full publication) (AIHW)

Ceas:

- <https://youtu.be/2iKKdD50aVs>

"Persoanele cu dizabilități intelectuale se confruntă cu provocări speciale care sunt diferite de persoanele cu alte tipuri de dizabilități într-o serie de aspecte importante. De exemplu, au dificultăți în învățarea și aplicarea cunoștințelor și în luarea deciziilor. Ei pot avea dificultăți în identificarea și alegerea opțiunilor în punctele cheie de tranziție a vieții. Ei au adesea dificultăți de adaptare la circumstanțele schimbate și la mediile nefamiliare și, prin urmare, au nevoie de sprijin ridicat în perioadele de schimbare."

(Consiliul consultativ ministerial pentru persoanele cu handicap din Australia de Vest, 2006)

Deteriorări și condiții suplimentare asociate. Dizabilitățile sau deficiențele multiple sunt frecvente la persoanele cu dizabilități intelectuale.

- Cea mai răspândită afectare este dizabilitatea psihiatrică.
- Puțin mai puțin de jumătate dintre persoanele cu dizabilități intelectuale au, de asemenea, dizabilități fizice sau alte tipuri de dizabilități.
- Mai mult de jumătate dintre persoanele cu dizabilități intelectuale și o limitare severă sau profundă au raportat că au dizabilități senzoriale, verbale și fizice sau variate.
- Primele cinci probleme suplimentare de sănătate au fost durerile de spate, ADHD, astmul, problemele de vorbire și problemele de auz.
- Problemele de vorbire sunt foarte frecvente.

Activități

Activitatea 1

Începând de astăzi, încercați să fiți mai conștienți de orice persoane cu dizabilități pe străzi sau în restaurante, mall-uri, parcuri și observați cum interacționează ceilalți cu ei.

Întreabă-te:

- Câte persoane cu dizabilități tocmai ați întâlnit?
- Dacă nu ați văzut nicio persoană cu dizabilități, de ce credeți că s-a întâmplat acest lucru?

Rețineți dacă alte persoane tratează persoanele cu dizabilități diferit decât ar putea trata pe cineva fără dizabilități în această situație.

Activitatea 2

Gândiți-vă la o persoană cu o dizabilitate pe care o cunoașteți deja.

Puneți-vă următoarele întrebări:

- Ce fel de dizabilitate a avut persoana?
- Cum părea persoana să se descurce cu acea dizabilitate? A avut vreun sprijin din partea altcuiva sau din partea unui animal utilitar?
- În ce tipuri de interacțiuni s-a angajat persoana cu dizabilități cu ceilalți? Cum a răspuns cealaltă persoană persoanei cu dizabilități?
- Ce ai învățat sau cum te-ai simțit când ai făcut aceste observații?

Chestionar

1. Care sunt componentele unei sănătăți bune?

- Un concept de sine pozitiv, un sentiment sănătos de sine; Schimbare-adaptabilitate și perspectivă; Comunicare eficientă, de succes.
- Frumusețe.
- Capacitatea unui individ de a-și îndeplini sarcinile zilnice fără oboseală.

2. Ce este dizabilitatea intelectuală?

- Un grup de afecțiuni cauzate de diverse tulburări genetice, probleme și complicații la naștere și infecții dobândite.
- Afectarea structurii sau funcției corporale a unei persoane.
- Starea de a nu putea vedea din cauza rănirii, bolii sau a unei afecțiuni congenitale.

3. Care sunt modalitățile de diagnosticare a dizabilității intelectuale?

- Teste cognitive, teste IQ.
- Teste fizice.
- Test de alergare.

4. Când interacționați cu adulți cu dizabilități intelectuale, ce moment este cel mai bun pentru stabilirea unei întâlniri?

- Când luați în considerare un moment potrivit, rețineți că unele persoane cu dizabilități de învățare / intelectuale preferă dimineața, deoarece sunt mai odihnite în acest moment al zilei și le este mai ușor să se concentreze.
- Persoanele cu dizabilități intelectuale sunt mai eficiente noaptea.
- Niciodată.

5. Ce specialist este responsabil pentru evaluarea cognitivă a capacității intelectuale de a înțelege problemele (fizice, mentale etc.), inclusiv reacția la problemele în care există înțelegere?

- Asistent social.
- Psihiatru.
- Psiholog.

Reflecții: Implicarea persoanelor cu dizabilități de învățare / intelectuale

Sfaturi pentru a sprijini un proces eficient de implicare cu persoanele cu dizabilități de învățare / intelectuale.

- Când luați în considerare un moment potrivit, rețineți că unele persoane cu dizabilități de învățare / intelectuale preferă diminețile, deoarece sunt mai odihnite în acest moment al zilei și le este mai ușor să se concentreze.
- Pregătiți o ordine de zi și apoi respectați subiectele de pe ordinea de zi în ordinea în care sunt enumerate.
- Fiți pregătiți să oferiți posibilitatea de a avea o persoană care să țină un proces-verbal. De asemenea, luați în considerare utilizarea unui cititor/redactor atunci când efectuați sondaje sau solicitați feedback.
- Evitați teleconferințele. Astfel, va fi mai ușor să vă asigurați că informațiile sunt furnizate în ritmul potrivit și sunt înțelese.
- Asigurați-vă că doar o singură persoană vorbește pe rând.
- Mențineți informațiile simple și evitați jargonul. De asemenea, evitați utilizarea acronimelor și pronunțați toate numele în întregime.
- Atunci când este posibil, însoțiți informațiile cu imagini sau mijloace vizuale relevante.
- Vorbiți într-un ritm care să permită oamenilor să aibă timp să se gândească la întrebările dumneavoastră și la modul în care ar putea răspunde. Faceți pauze atunci când este necesar. Puneți câte o întrebare pe rând.
- Oferiți participanților o copie a prezentării dumneavoastră în avans, pentru a le da timp să se familiarizeze cu ea.
- Lăsați oamenii să știe că au dreptul la opinie.
- Acordați timp pentru ca oamenii să își spună părerea și ascultați-i cu atenție.
- Verificați dacă ați înțeles ceea ce au spus oamenii. Puneți întrebări pentru a vă clarifica înțelegerea sau rugați oamenii să repete ceea ce au spus, astfel încât să fiți siguri că ați înțeles. Nu vă prefaceți că ați înțeles.

- Verificați dacă oamenii au înțeles ceea ce s-a spus. În cazul în care cineva nu înțelege, luați în considerare posibilitatea de a folosi o abordare alternativă; de exemplu, trecând de la întrebări deschise la întrebări închise (da sau nu etc.), repetând sau reformulând informațiile sau folosind imagini sau mijloace vizuale.
- Pentru a verifica dacă cineva a înțeles, luați în considerare să le cereți să pună informațiile în propriile cuvinte. Acest lucru va elimina riscul ca oamenii să spună "da", deoarece așa cred ei că ar trebui să spună, și le va permite să evite să răspundă "nu" la întrebarea "Înțelegeți?".
- Unii oameni pot prefera ca membrii sau îngrijitorii să își exprime preferințele în numele lor, deoarece au încredere în ei pentru a înțelege și a comunica nevoile lor individuale. Cereți permisiunea persoanei pentru a colecta informații despre ea.
- Easy Read este o modalitate de a produce informații în limbajul de zi cu zi, care este consecvent, fără acronime și jargon și include imagini pentru a ajuta sensul. Documentele Easy Read au o cantitate mare de spațiu clar / alb. Easy Read poate fi, de asemenea, utilizat pentru a sprijini persoanele cu un nivel scăzut de alfabetizare sau care au limba engleză ca a doua limbă. Atunci când puneți împreună informații scrise, inclusiv documente ușor de citit pentru persoanele cu dizabilități de învățare / intelectuale, urmați aceste instrucțiuni.
- Luați în considerare producerea unei versiuni tipărite mari (cel puțin un font de 16 puncte, dar de preferință 18) a informațiilor scrise. Dacă nu produceți un document ușor de citit, luați în considerare oricum claritatea documentelor dvs., pentru a vă asigura că informațiile vor fi înțelese.



www.projectcalmd.com



virtualcampus



duepunti ●●



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

Sprejtinul Comisiei Europene pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului care reflectă doar punctul de vedere al autorilor, iar Agenția Națională și Comisia nu pot fi considerate responsabile pentru orice utilizare care poate fi făcută a informațiilor conținute în aceasta.