

ИСТРАЖУВАЊЕ НА СЕКСУАЛНОСТА И АФЕКЦИЈАТА КАЈ ВОЗРАСНИ ЛИЦА СО ИНТЕЛЕКТУАЛНИ ПОПРЕЧЕНОСТИ НА ЗДРАВ НАЧИН

Истражување на комплексна реалност



Сложеноста на сексуалноста кај лицата со ИП

Истражувањето на сексуалноста кај лицата со интелектуална попреченост претставува двоен проблем поради генеричката и нееднаква природа на термините



Давање говор на телото

Предложеното усвојување на алатки за аугментативна алтернативна комуникација за да се обезбеди лингвистички и комуникативен уред за лицата со интелектуална попреченост



Навигација низ мрежата на технологијата

Рефлексија за тоа како новите технологии можат да бидат и корисни но и стапица за лицата со интелектуална попреченост



Ко-финансирано од
Европска Унија

Вовед

Сексуалноста е природен дел од животот, но за многу возрасни лица со интелектуална попреченост, таа останува непроговорена тема – занемарена, погрешно разбрана и обвиеана со стигма. Овој проект се осмелува да го промени тоа. Тој се залага за правото на овие лица да ја истражат и изразат љубовта и сексуалноста на здрав и безбеден начин, преку процес во кои добиваат поддршка. Во срцето на овој проект е целта да се овластат не само лицата со попреченост, туку и нивните семејства и професионалците кои се нивна поддршка.

Преку креирање соодветни можности за учење на темата, поттикнување инклузивен дијалог и зајакнување на соработката меѓу организации од Италија и Северна Македонија, градиме мостови помеѓу знаењето и сочувството, правата и обврските, независноста и поврзаноста. Овој проект директно одговара на клучните европски приоритети за инклузија на лицата со попреченост, доживотно учење и независно живеење – и има за цел да поттикне вистинска промена во заедниците.

Пред сè, ова е приказна за достоинство, автономија и инклузија. Зашто кога луѓето ги добиваат алатки кои им помагаат да ги разберат своите емоции, своите права и своите односи, тие се во можност сами да го обликуваат својот живот со самодоверба и радост.

Имајќи го тоа предвид, **L'Arcobaleno** од Болоња, **Il Chicco** од Рим и **КРИК** од Скопје го развија проектот »Компас за интимност: Истражување на сексуалноста и љубовта кај возрасни лица со интелектуална попреченост на здрав начин«.

За да ја оживееме оваа визија, ќе:

1. Креираме соодветни образовни материјали наменети за возрасни лица со интелектуална попреченост, нивните семејства и стручни кадри кои работат со нив – со цел обезбедување насоки за безбедно и сигурно навигаирање низ љубовта и сексуалноста.
2. Информираме и обучиме околу 80 асистенти, професионалци и членови на семејства од Северна Македонија и Италија преку специјализирани обуки, со што ќе станат информирани и сочувствителни сојузници на лицата со попреченост на ова чувствително, но суштинско поле.
3. Овозможиме директна поддршка за најмалку 100 лица со интелектуална попреченост од Северна Македонија и Италија, создавајќи безбедни простори каде што ќе можат подобро да ги разберат своите емоции, релации и права.
4. Го прошириме влијанието низ Европа преку споделување ресурси и добри практики со над 30 сродни организации од други земји, поттикнувајќи посилна и пообединета европска заедница на инклузија и учење.



Истражувањето на сексуалноста кај лицата со интелектуална попреченост (ИП) претставува двоен проблем поради природата на двата термина за кои станува збор. Всушност, двата термина, „сексуалност“ и „интелектуална попреченост“, опишуваат толку нееднакви сценарија што нивните значења се исклучително генерички.

Кога зборуваме за интелектуална попреченост, опишуваме континуум кој се движи од многу тешки интелектуални, моторни и сензорни состојби до нијансирани клинички слики карактеризирани со блага некомпатибилност, само на чекор од тој неопиплив и неповрзан праг наречен „нормалност“.

Слично на тоа, кога наивно зборуваме за сексуалноста, на прв поглед, мислиме дека зборуваме за јасно, кодифицирано искуство и практика ограничени на прецизни и идентификувани анатомски локации.

Сепак, психоанализата, набљудувањето на лица со интелектуална попреченост или дури и само малку подлабок поглед во нашите души, покажаа дека потеклото и насоката на сексуалниот нагон вклучуваат делови од телото и опишуваат екстремно разновидни дејствија.



Овој проект има три намени:

Првиот дел е истражување на некои сцени од „сексуалните факти“ кај интелектуалната попреченост. Сепак, на ова му претходи дисциплинирано преиспитување: што е заедничко за сексуалноста на луѓето без јазик и со длабока ментална ретардација, сексуалноста на луѓето со лесна интелектуална попреченост и сексуалноста на таканаречената нормална личност која се нарекува себеси „грижител“?

Вториот дел од овој проект е предложеното усвојување на алатки за аугментативна алтернативна комуникација (ААК), со цел да се обезбеди лингвистички и комуникативен уред за лицата со интелектуална попреченост подобро да ја доживеат оваа деликатна афективна и соматска област.

Третиот дел е размислување за тоа како новите технологии можат да бидат корисна алатка, но во исто време и стапица за луѓето на кои им е тешко да ги одмерат последиците од своите постапки во свет, мрежата, полн со стапици.

Финансиран од Европската Унија. Изразените ставови и мислења се само ставови на авторот и не ги одразуваат ставовите на Европската Унија или на Европската Извршна агенција за образование и култура (EACEA). Ниту Европската Унија ниту EACEA не можат да бидат одговорни за нив.

СОДРЖИНА

Дел 1

Истражување на сексуалноста и наклонетоста кај возрасните со интелектуална попреченост на здрав начин - »Компас за интимност«	5
Дали сексот е природна појава?.....	6
Дали сексот е поврзан со одредени делови од телото?.....	6
Дали сексот е за размножување?	7
Дали сексот дава задоволство?	7
Дали сексот е право?	8
Дали постои патолошки и нелегален секс?	8
А што е со лицето кое се грижи за него?	9

Дел 2

Што е ААК?	10
Табела со емоции	11
Табела со делови од телото	12

Дел 3

ПРАВИЛНО КОРИСТЕЊЕ НА ТЕХНОЛОГИЈАТА	14
Социјални медиуми	14
Насилство олеснето од технологијата врз лицата со попреченост	16
Причини за насилство олеснето од технологијата врз лицата со попреченост и начини за справување со нив	18
Надминување на бариерите со помош на дигитални алатки.....	19
Како родителите/старателите/воспитувачите можат да им помогнат на лицата со интелектуална попреченост да останат безбедни во светот на социјалните медиуми?	20
Контролна листа	25
ЗА ПАРТНЕРИТЕ	26



Истражување на сексуалноста и наклонетоста кај возрасните со интелектуална попреченост на здрав начин - »Компас за интимност«

Еротизацијата на човечките односи сама по себе е егзистенцијален предизвик; ако врската е со/меѓу луѓе со интелектуална попреченост, таа станува еден од најгорливите предизвици за секој со кого се поврзуваат.

На едниот фронт ги наоѓаме сексуалните барања на лицата со интелектуална попреченост, што е океански предизвик во сложеноста, етиката, личната вклученост; на другиот фронт го наоѓаме лицето кое се грижи за нив или член на семејството во акција. Од сите однесувања со кои се повикани да се соочат, оние што се однесуваат на еротизираната димензија имаат моќ или да ја парализираат нивната работа или да регрутираат импулсивни и често одбивни реакции, лошо осмислени и секогаш обележани со силна непријатност. Оваа непријатност често резултира со вечна инфантилизација на еротизираните случаи што имаат главна задача да го ослободат лицето кое се грижи за нив од срам. Накратко, да се замисли ограничувањето на едукативната интервенција на лицето кое се грижи за нив во врска со сферата на сексуалноста во систем од процедури и упатства е и невозможно и опасно.

Причината за ова, која е премногу интуитивна, е секогаш лошо тематизирана во проектите за обука, кои речиси секогаш се инспирирани од стереотипно теоретизирање и полни со идеологија, како што е често случај кога е во прашање прекумерна интимност со телата на лицата со попреченост.

Нашиот придонес е наменет да биде територија за обука и споделување во областа на искуства, честопати драматични и ангажирачки, обединети од сеприсутната тешкотија да се остане во емоционална и оперативна поставеност што е можно постабилна.

Друга цел што ја поставува ова дело е да се поттикне континуирано размислување за ова прашање во семејните домови, приватниот, јавниот и здравствениот сектор, каде што живеат жени и мажи со интелектуална попреченост.

Срцето на ова формативно искуство е суштински семантичко: потребно е, за да се генерира добар распоред на членот на семејството и практичарот во еротизираната динамика, зборовите секс и сексуално да бидат ригорозно рефлексирани и означени, исто така затоа што, треба да се разјасни, не постои сексуалност во идентификацијата што е независна од онаа на оние кои се однесуваат на неа.

Сексуалноста е океанско прашање. Сексуалноста кај лицата со интелектуална попреченост ја удвојува комплексноста, но во исто време е и плодно место за размислување за темата. Свесни сме дека нејзиното ограничување е нејасна операција што се граничи со невозможното.

Следните прашања и животни приказни се обид да се постави рамка и подобро да се идентификува темата



Дали сексот е природна појава?

Веќе не. Човечкиот секс бил „природен“, односно како оној на кучињата, антилопите, жирафите, сè додека Адам и Ева не „јаделе јаболкото на знаењето“. Оттогаш, тие знаеле дека се голи, се криеле, се чувствувале засрамени затоа што одредени работи не смеат да се прават, и од тогаш па натаму, за луѓето, немало природен секс на земјата.

За подобро да одговориме на ова прашање, ќе зборуваме за окситоциноот на Алесио.

Алесио е 34-годишен маж со спастична тетрапареза, длабока ментална ретардација, недостаток на говор и природна хормонална дарба како сите луѓе.

Окситоциноот е хормон кој се произведува и во мозокот и во јајниците и тестисите, а се ослободува со пријатен и продолжен контакт со телото.

Неговиот акционен профил ни кажува за широко функционално преклопување помеѓу приврзаноста, допирањето, грижата и сексуалноста.

Многу е важно мајката и нејзиното дете да доживеат пријатни чувства во практиките на грижа и допирање. Сите негувачки односи можат да предизвикаат пријатни чувства, а ова е корисно за зајакнување на ова многу важно однесување.

Тоа што ова чувство на задоволство може да ја зафати и областа на сексуалноста, поткрепено со хормонално наследување, не треба да нè изненадува.

Сето ова влијае и на односот помеѓу Алесио и неговата негувателка.

Дали сексот е поврзан со одредени делови од телото?

Зигмунд Фројд го нарекол детето перверзно полиморфно . Со овие зборови тој сака да го опише фактот дека новороденчето бара задоволство во стимулацијата на најнезамислените делови од телото. Дури по адолесценцијата, потрагата по задоволство ќе биде насочена кон гениталиите, институционално предиспонираните органи.

Сите знаеме дека работите не стојат вака, а во светот на попреченоста ова може да се види јасно.

Џани е 33-годишен маж со благ интелектуален проблем. Џани е многу весела и дружељубива личност со секого.

Често се случува да го видите како ги зема рацете на соговорникот со кого влегол во врска, за нежно да го гали. Чинот изгледа сосема невин и нежен, но сепак е можно да се забележи на неговото лице растечко и интензивно возбудување како резултат на кое овој контакт се одржува долго време. Раката е моќно еротизирана. Што да се прави? Чинот изгледа безопасен, дури и нежен во очите на сите, вклучително и на соговорникот. Наместо тоа, вработениот се прашува дали и како да интервенира во интензивно еротизирано, но навидум рамнодушно однесување.



Џоан е 46-годишна жена со длабока интелектуална попреченост и хипотоничен синдром која поминува многу часови од денот во интензивна и континуирана мануелна стимулација на јазикот и оралната мукоза.

Минимално рафинирано испрашување не може а да не го проследи ова однесување во рамките на динамиката на нагоните што ја прави устата еротизирано место.

Она што сакаме да го нагласиме со овие две приказни е дека дури и раката или оралната слузница можат да претставуваат високо еротизирани делови од телото.

Дали сексот е за размножување?

Очигледно не, или барем не само тоа. Во однос на интелектуалната попреченост, оваа вистина изгледа појасна од кога било. Да не беше така, самиот овој проект, за сексуалноста во интелектуалната попреченост, би бил бесмислен.

Мастурбацијата е непрокреативно сексуално однесување, а мастурбаторското однесување кај лицата со интелектуална попреченост е премногу застапено, компулсивно и често има за цел смирување на вознемиреноста.

Пасквале и Сара се маж и жена со изразени црти на аутизам кои покажуваат секојдневно, компулсивно мастурбаторно однесување. Таквото однесување често се случува на јавни и несоодветни места.

лицето кое се грижи за него се соочува со два вида проблеми:

Првиот е „целосно“ справување со таквото компулсивно однесување. Давателот на нега се прашува, не без срам, дали да го ограничи и како да го рedefинира.

Вториот проблем е управувањето со приватноста која тие не ја почитуваат и признаваат. Признавањето на приватноста е една од вештините што може да бидат најмногу оштетени во профилот за лична карта. Затоа, лицето кое се грижи за детето мора да посвети должно внимание на работата на концептот на пристојност.

Дали сексот дава задоволство?

Се чини така, но малку подлабок поглед открива дека работите не се толку едноставни. Токму во светот на идентификацијата најјасно ја гледаме врската помеѓу сексуалноста и страдањето, помеѓу сексуалноста и мачењето. Компулсивното, мастурбаторско возбудување и некое самоповредувачко однесување конфигурираат недиференцирани сценарија на нагони кои имаат малку врска со задоволството.

„Границата помеѓу самоповредувачките и автоеротските практики“, пишува психоаналитичарот Франко Лоли, „не е лесно препознатлива: туркањето раце во грлото, соблекувањето на телото, кинењето на косата, удирањето на главата од рабовите на сидот, се однесувања во кои енигматскиот карактер на мешавината на нагони е очигледен (... .); телото, како голема и единствена ерогена зона, станува цел на непрестајни активности во кои разликата помеѓу задоволството и незадоволството се чини дека се замаглува во производството на малигно уживање кое владее врховно“.

Дали сексот е право?

Сексот, како и здравјето, не е право за никого со или без попреченост; тоа е достигнување, никогаш не се зема здраво за готово.

Сексуалната состојба на лицето со интелектуална попреченост често е состојба на непожелен желбаник.

Правото на лицето со интегрална попреченост е да може да смета на грижа и грижа за сите негови посакувани моменти, вклучително и сексуалните, кои се појавуваат во уникатниот и неповторлив живот на секоја личност.

Враќајќи се на прашањето дали сексот е право, сакаме да нагласиме дека за многу луѓе одговорот е да, до таа мера што во некои европски држави ова право е формализирано во закон за сексуална помош. Знаеме дека многу луѓе со интегрална попреченост биле во можност да имаат целосна и задоволителна сексуалност благодарение на оваа можност. Работите не секогаш излегуваат така.

Родителите на Карло, маж со интелектуална попреченост од средно образование и аутистични особини (скоро никогаш жени родители), за да го остварат ова право за своето дете, се одлучиле за платена сексуална помош, дури и во отсуство на закон. Во случајот на Карло, ова право се претворило во трауматско искуство кое генерирало изразени дисфункционални однесувања на компулсивно барање и агресија.

Сексуалната врска, спротивно на она што изгледа, е деликатна работа полна со стапици за секого. Тоа е многу активирачки настан кој бара когнитивни вештини за да се декодираат, обработуваат, контекстуализираат, истражуваат и доживуваат.



Дали постои патолошки и нелегален секс?

Сексот е патолошки ако има некој што страда.

Сексот е нелегален кога има претерување над другиот.

Сексот е уште понелегален кога постои погрешно разбирање или потценување на достапноста на другиот, како што може да се случи кај децата и кај лицата со интегрална попреченост.

Сепак, постои многу проблематичен етички ореол околу сексуалноста на лицата со попреченост, што бара постојана будност и безрезервно испитување од секој што го презема товарот на грижата за лицата со попреченост. Некои прашања што го прогонуваат лицето кое се грижи за нив:

Марта и Џејмс се жена и маж со интегрална попреченост кои влегле во врска. Дали имаат право? Секако. Дали треба да биде поддржано и олеснето? Водено? Надгледувано? Придружено? Забрането? Зошто? Како? Од кого?

Или Џулија, жена со интегрална попреченост, која е во врска со маж, всушност жена, која не е со попреченост. Или Сара, која е многу промискуитетна. Што ако Флавио е тој што е промискуитетен? Дали ќе знаат како да се заштитат од инфекција? Дали ќе знаат како да избегнат бременост? Што ако наместо тоа посакаат бременост?

Клаудија порано пријавуваше сексуално злоставување кое се покажа како сосема неосновано. Како можеме да бидеме сигурни? Што ако еден ден не се неосновани?

Сексуалноста е бескраен збор и тоа не е без последици. Најважната последица е преиспитувањето на совеста на сите оние кои се вклучени во животите и судбините на лицата со интегрален инвалидитет.

Потребно е да се има заеднички критички и плурален поглед на управувањето со тој неискажлив свет, кој е таканаречената сексуалност на лицата со ИП.

Конечно, мора да се земе предвид дека сексуалноста на другите секогаш ја вклучува и сопствената.

Впрочем, целта на оваа работа е да се одржи активно споделувањето на ова прашање.

А што е со лицето кое се грижи за него?

Не е потребно ни да се каже: сексуалноста на лицето со ИП секогаш ја вклучува и регрутира сексуалноста на оние кои се поврзани со него/неа.

Темата, како што лесно може да се претпостави, е навистина многу чувствителна.

Сепак, веруваме дека ако за тоа не се дискутира на дневна светлина во сета своја сложеност, тоа поттикнува неразмислувачко и несвесно однесување кое обично не е добар знак.

Сите луѓе кои тесно соработуваат со интелигенција, порано или подоцна, а во секој случај секогаш, се наоѓаат себеси како ја тематизираат еротизацијата на врската. Сензорната близина на телата, тактилната олфакторна визуелна во честопати многу радикален мандат, ги заробува двата актери во неизбежна еротизирана динамика. Инфантилизацијата на лицето со попреченост од страна на лицето кое се грижи за него е најчесто усвоениот начин да се заштити од оваа динамика. На лицето кое се грижи за него му следува тешката задача да знае како да се справи со сопствената и еротизацијата на другите.



ШТО Е ААК?

Аугментативна и алтернативна комуникација

Комуникацијата не е само разговор.

Комуницирање значи споделување мисла, желба, потреба. А има толку многу начини да се направи ова! Помислете на луѓето кои комуницираат на италијански знаковен јазик, музичарите кои изразуваат среќни или тажни чувства со музика, сликарите, децата, кои за да им кажат на мама и тато дека ги сакаат, честопати им цртаат шарени цртежи.

Аугментативната алтернативна комуникација (ААК) е сето ова: тоа е пристап со многу можности, но со недвосмислена цел да им се понуди можност на луѓето кои не се во можност да користат зборови и да се искажат.

Симболите се едно од многуте можности на аугментативната и алтернативната комуникација. Преку системот за пишување симболи на ААК, секој напишан збор е поврзан со симбол поврзан со концептот што треба да го пренесе.

Една од предностите на оваа експресивна алатка е визуелниот аспект што го поддржува разбирањето и може да биде поволен не само за луѓе со сложени комуникациски потреби, туку и за странци или постари лица кои имаат тешкотии со пристапот до јазикот.

Всушност, симболичните потпори не го заменуваат вербалниот јазик, туку го придружуваат и го збогатуваат преку визуелното претставување на значењата. На овој начин, симболите го поддржуваат разбирањето, бидејќи тие му овозможуваат на поединецот да разбере концепт дури и кога не го знае зборот и го поттикнуваат изразувањето, бидејќи дури и лицето кое не зборува може да покаже кон симбол и на тој начин да сподели мисла.

Затоа, тематските табели предложени во проектот служат за поддршка на овие две комуникациски вештини: разбирање и изразување.

На пример, операторите, пријателите, семејствата можат да ја користат комуникативната табела со ААК симболи за да му помогнат на лицето да разбере некое значење. На пример, ако сакаме да му помогнеме на адолесцентот или возрасното лице да научи повеќе за своето тело, можеме да ја користиме тематската табела на делови од телото за да го поддржиме нашиот дискурс со означување симболи.

Или, можеме да ги користиме табелите за да го поддржиме учеството и изразувањето на лицето, барајќи од него да покаже дел од телото каде што може да чувствува болка или непријатност.

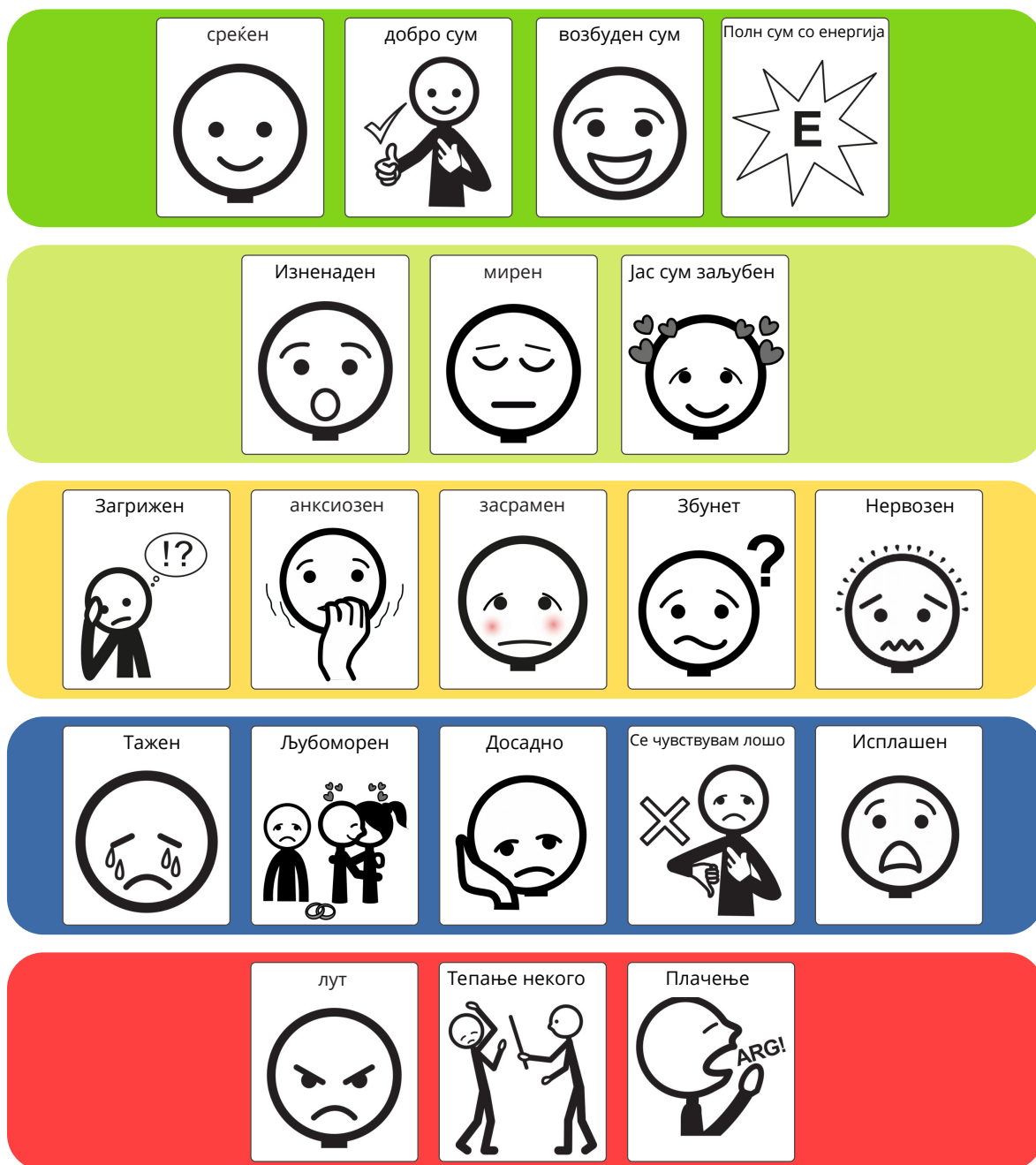
Табелата со емоции може да ја користат практичарите, семејството и пријателите за да ја поддржат сопствената комуникација, на пример со покажување на симболот за „среќен“ и коментирање: „Денес сум среќен затоа што можеме да прошетаме заедно!“ или со прашување на лицето како се чувствува со покажување на емоциите од графиконот.

Понатаму, графиконот на емоции може да се користи кога се појавува несоодветно однесување, честопати одразувајќи емоција што е тешко да се изрази. Во овој случај, тематскиот графикон на емоции може да го користат семејството и лицата што се грижат за него за да ги покажат емоциите што лицето можеби ги чувствува, јасно

ставајќи до знаење дека е разбрано и дека чувството што го чувствува, кое е тешко да се изрази, има име и може да се пренесе преку пиктограми.

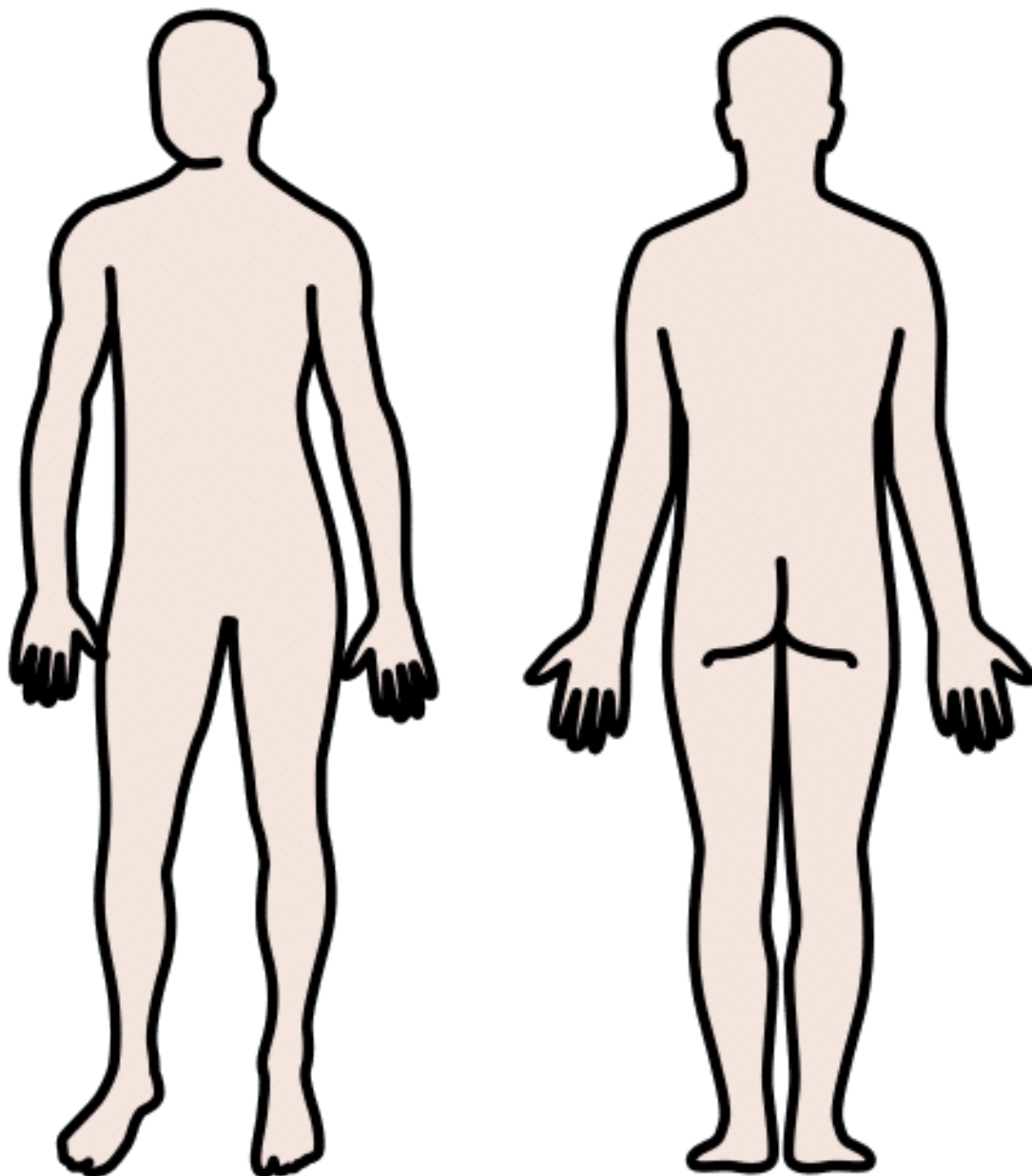
Пиктограмите за комуникација потоа ги користат лицата што се грижат за другите и семејствата на прво место, за да ја поддржат сопствената комуникација, и им се предлагаат на лицата со сложени комуникациски потреби кои, гледајќи ги другите како ги користат, со текот на времето можат да ги користат како средство за изразување.

Табела со емоции

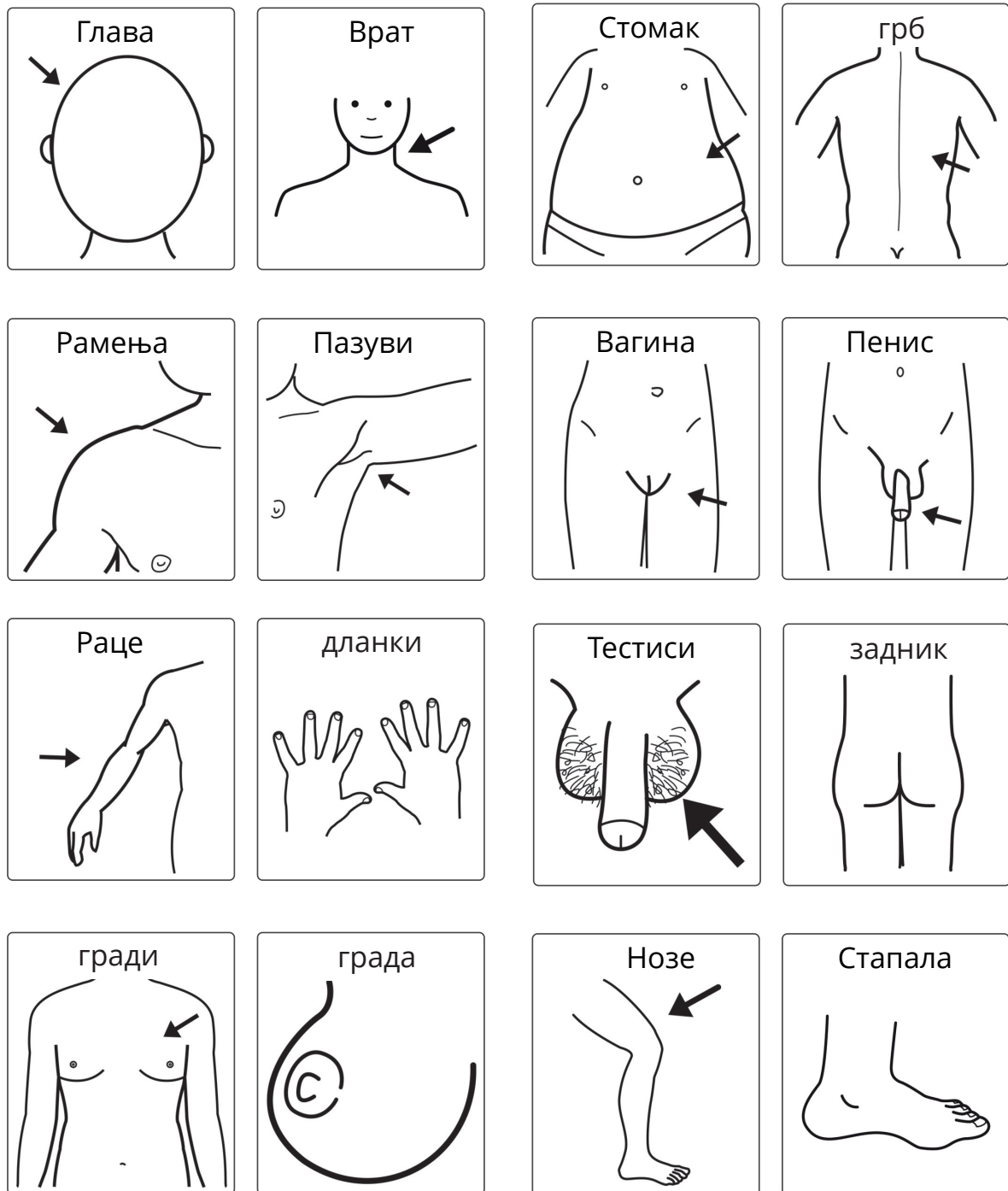


Автор на пиктограмите: Серхио Палао. Извор: ARASAAC (<http://www.arasaac.org>).
Лиценца: CC (BY-NC-SA). Сопственик: Влада на Арагон (Шпанија).

Табела со делови од телото



Табела со делови од телото

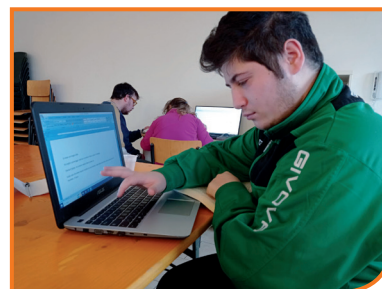


Автор на пиктограмите: Серхио Палао. Извор: ARASAAC (<http://www.arasaac.org>).
Лиценца: CC (BY-NC-SA). Сопственик: Влада на Арагон (Шпанија).

ПРАВИЛНО КОРИСТЕЊЕ НА ТЕХНОЛОГИЈАТА

Социјални медиуми

За помалку од една генерација, социјалните медиуми (СМ) навлегоа во секој аспект од современиот живот и станаа клучен овозможувач за остварување и уживање на основните човекови права како што се социјалната инклузија и слободата на изразување (ОН, 2016). Конвенцијата на Обединетите нации за правата на лицата со попреченост, усвоена во 2006 година, постави јасна рамка во меѓународното право за човекови права, со која се бара од владите во политиката да се справат со потребата од достапни и употребливи дигитални технологии како јадро на целокупните цели за обезбедување на човековите права и социјалната инклузија на лицата со попреченост во глобалните општества (Бланк, 2014). Минатите истражувања покажаа дека социјалните медиуми можат да ги засилат постојните нееднаквости и дека лицата со интелектуална попреченост често се исклучени од дигиталниот свет (Норманд и Салафранк-Сент-Луис, 2016; Сил и Чедвик, 2017). Во текот на изминатите три децении, истражувањата на јавните политики и иницијативите за пракса во многу земји имаа за цел да промовираат еднаков пристап и учество од страна на сите граѓани. Сепак, влијанијата на резултатите од овие напори често се нејасни и не се оценуваат со користење на емпириски докази. Затоа, важно е да ги прошириме нашите напори за да добиеме појасна слика за лицата со интелектуална попреченост и нивната употреба на социјалната поддршка, со цел да се информира дизајнот на политичката пракса и истражувањата за тоа како најдобро да се поддржат лицата со интелектуална попреченост за пристап и искористување на потенцијалните придобивки од социјалните медиуми.¹



Дигиталната револуција фундаментално го трансформираше начинот на кој луѓето комуницираат, пристапуваат до информации и учествуваат во општеството. За лицата со попреченост, дигиталните алатки и платформите на социјалните медиуми обезбедуваат подобри и поеднакви можности за учество, независност и самозастапување. Сепак, употребата на овие алатки бара внимателно разгледување на пристапноста, дигиталната писменост, приватноста и одговорното користење на технологијата.

Социјалните медиуми се широко дефинирани како интернет-базирани канали кои им овозможуваат на корисниците да комуницираат и селективно да се самопрестираат (или во реално време или асинхроно), и да споделуваат идеи, искуства, мисли и информации со широка и тесна публика преку виртуелни мрежи и заедници (Carr & Hayes, 2015; Kaplan & Haenlein, 2010). Социјалните медиуми вклучуваат различни платформи, вклучувајќи страници за социјално вмрежување (како што се Facebook), микроблогирање (Twitter и Tumblr), алатки за споделување медиуми (како што се Instagram, YouTube и TikTok) и апликации за пораки кои овозможуваат интеракција меѓу групи на корисници, како и меѓу поединци (како што се WhatsApp или Signal) (van Looy, 2022).

1) <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bld.12534>

Неодамнешните статистички податоци покажуваат дека во моментот, повеќе од половина од светската популација (58,4%) користи социјални медиуми и дека платформите за социјални медиуми ја зголемија својата вкупна корисничка база повеќе од четири пати за малку повеќе од една деценија, од 970 милиони во 2010 година на 4,62 милијарди корисници во 2022 година (GlobalWebIndex, 2022). Воведувањето на брз безжичен интернет, технологија за паметни телефони и мобилни апликации беа клучни двигатели на зголемената употреба на веб-страниците за социјални медиуми. Социјалните медиуми се во срцето на економскиот, социјалниот и јавниот живот. Ги трансформираа начинот на кој поединците, групите и заедниците комуницираат, консумираат, учат, се забавуваат и пристапуваат до информации и социјални услуги (Blanck, 2014). Дополнителни, социјалните медиуми имаат потенцијал да ја зголемат моќта на поединците и маргинализираните групи да дејствуваат и да се самопретставуваат, создавајќи нови можности за промовирање на еднаква социјална инклузија и социјална правда (Gelfgren et al., 2022).



Важноста на социјалното право е препознаена во меѓународните конвенции и домашните закони, особено во 2016 година, кога Советот за човекови права на Обединетите нации издаде необврзувачка резолуција за член 19 од „Универзалната декларација за човекови права на ОН“, во која пристапот до интернет е прогласен за клучен овозможувач за остварување и уживање на многу човекови права, особено правото на слобода на изразување, образование, информации и социјална инклузија. Ова решение, исто така, тврди дека „истите права што луѓето ги имаат офлајн мора да бидат заштитени и онлајн“ (ОН, 2016).

Платформите на социјалните медиуми ги користат лицата со попреченост секојдневно за да ги засилат своите гласови, да се поврзат со пријателите и семејството и едноставно да се залагаат за своите права. Платформи како Фејсбук, Инстаграм и ТикТок нудат можности за лицата со попреченост да формираат мрежи за поддршка. Хаштагови како #DisabledAndProud и #InclusionMatters поттикнаа живи онлајн заедници кои ги предизвикуваат стереотипите и ја слават различноста. Кампањите на социјалните медиуми обезбедуваат платформа за подигање на свеста за правата и инклузијата на лицата со попреченост. Иницијативи како кампањата #AccessibilityMatters ја истакнуваат важноста на пристапниот дизајн во јавните простори и дигиталните средини. Групите за застапување ги користат социјалните медиуми за да влијаат врз политиките и да се борат против дискриминацијата. На пример, Фондот за застапување на правата на лицата со попреченост го користи Твитер (X) за да мобилизира поддршка за глобални политики за инклузија на лицата со попреченост.

Насилство олеснето од технологијата врз лицата со попреченост

И покрај придобивките, користењето на дигитални алатки и социјални медиуми од страна на лицата со попреченост не е без предизвици. Тие вклучуваат:

- Проблеми со дигиталниот јаз,
- Сајбер малтретирање и загриженост за приватноста,
- Недостаток на пристап до прифатливи асистивни технологии и интернет конекција.

Меѓународната телекомуникациска унија (ИТУ) известува дека лицата со попреченост се непропорционално исклучени од дигиталната економија, особено во земјите со ниски приходи. Социјалните медиуми ги изложуваат поединците на потенцијални ризици, вклучително и сајбер малтретирање. Лицата со попреченост може да се соочат со целно вознемирување, потценувајќи го нивното ментално здравје и подготвеност за ангажирање онлајн.² Собирањето и користењето лични податоци на дигиталните платформи покренуваат загриженост за приватноста. Многу лица со попреченост се потпираат на апликации што собираат чувствителни информации, како што се здравствени податоци, кои мора да бидат заштитени според прописи како што е Општата регулатива за заштита на податоци (GDPR).

Технолошки олеснето насилство врз лицата со попреченост е чин на насилство извршено од едно или повеќе лица што е планирано, извршено или олеснето (делумно или целосно) преку употреба на информациска и комуникациска технологија или дигитални медиуми и дигитални платформи на социјалните медиуми против поединци врз основа на пол.

Жените со интелектуална попреченост се многу повеќе изложени на насилство олеснето од технологијата. Кога станува збор за насилство базирано на пол олеснето од технологијата, треба да се земат предвид следниве два аспекта:

- Има родова карактеристика – насочено е кон жени и девојчиња едноставно затоа што тие се жени и девојчиња.
- Тоа е пораспространето од онлајн насилството - иако најчесто се случува на интернет и во дигиталниот простор, може да се манифестира преку која било

технолозија - стара и нова - како што се обични телефони, GPS уреди за следење, беспилотни летала со камера и други уреди за снимање кои не се поврзани на интернет. Покрај тоа, родовото насилство има за цел да нанесе дополнителна штета поврзана со контрола, насилство и обесхрабрување на жртвите.³



2) (Ливингстон и Хадон, 2020).

3) (УНФПА, 2023)

Истражувањата покажуваат дека лицата со попреченост доживуваат онлајн вознемирување и насилство со значително повисоки стапки од нивните врсници без попреченост. На пример, студија на УНЕСКО покажа дека лицата со попреченост имаат до три пати поголема веројатност да се соочат со сајбер малтретирање. Жените и девојчињата со попреченост се особено ранливи, честопати соочувајќи се со пресечни форми на злоупотреба како што се злоупотреба на деца, експлоатација и споделување слики без согласност. 3 И покрај растечкиот акцент на инклузијата, многу дигитални платформи не ги исполнуваат стандардите за пристапност.⁴ Функциите како што се алатките за пријавување, корисничките интерфејси и упатствата за безбедност честопати не поддржуваат асистивни технологии како што се читачи на екран или гласовна навигација. Како резултат на тоа, корисниците со сензорни оштетувања може да имаат тешкотии да пристапат до безбедносните функции или ефикасно да пријават злоупотреба. Правната рамка во многу земји останува несоодветна за справување со насилството олеснето од технологијата насочено кон лицата со попреченост. Малку судски надлежности⁵ имаат специфични одредби што се однесуваат на оваа форма на злоупотреба, а прекуграничната природа на дигиталните злосторства го комплицира спроведувањето. Оваа правна празнина остава многу жртви без можност за правна заштита. Дигиталната писменост кај лицата со попреченост варира во голема мера. Ограничениот пристап до обука за безбедно користење на интернет го зголемува ризикот од станување жртва на измами, споделување на информации со лажни компании и други форми на онлајн манипулација. Оваа празнина во знаењето ги остава многу поединци неподготвени безбедно да се движат низ дигиталните простори.

Платформите на социјалните медиуми, иако нудат можности за комуникација и инклузија, за жал станаа простори каде што лицата со попреченост се непропорционално подложени на сексуално вознемирување.

Ова вознемирување се манифестира во различни форми, честопати искористувајќи ги уникатните ранливости и маргинализација со кои се соочува оваа група. Лицата со попреченост може да се соочат со:

- Несакани сексуални додворувања преку несакани пораки, слики или видеа што содржат експлицитна содржина.
- Експлоататорски врски каде што сторителите манипулираат со своите жртви за да споделат лични или експлицитни материјали, искористувајќи ја нивната изолација или недостаток на социјална поддршка.
- Исмејување и објектификација, при што поединци стануваат мета на понижувачки коментари, мемиња или фетишизација.
- Споделување приватна содржина во која се вклучени лица со попреченост без согласност, со што се нарушува нивната приватност и се зголемува предизвиканата штета.
- Онлајн следењето и сексуалното вознемирување придонесуваат за атмосфера на страв и непријатност.

4) УНЕСКО (2023). *Онлајн вознемирување на ранливи популации: Глобална перспектива*

5) Обединети нации (2006). *Конвенција за правата на лицата со попреченост (CRPD)*

Причини за насилство олеснето од технологијата врз лицата со попреченост и начини за справување со нив

Причините зад вознемирувањето на оваа целна група се длабоко вкоренети во општествените ставови и системските бариери. Лицата со попреченост често се перципираат како ранливи или со помала веројатност да пријават злоупотреба, што ги прави лесни цели за сторителите. Ограничената дигитална писменост кај некои лица со попреченост може дополнително да ја попречи нивната способност ефикасно да препознаваат и да реагираат на онлајн вознемирување. Особено возрасните со попреченост не се заштитени на никаков начин, бидејќи за нив не важат ограничувањата за возраст и законите за малолетни корисници. Социјалната изолација го влошува проблемот, бидејќи многумина во голема мера се потпираат на онлајн платформите за поврзување и интеракција, зголемувајќи ја нивната изложеност на потенцијална злоупотреба. Влијанието на таквото вознемирување е длабоко.



Жртвите често доживуваат:

- Значителна психолошка штета, вклучувајќи анксиозност, депресија и траума, која може да биде влошена од постојните предизвици.
- Страв од понатамошно вознемирување што може да доведе до социјално повлекување,
- Недостаток на можности за образование, застапување и ангажирање на заедницата и
- Онлајн вознемирувањето може да ескалира во закани или насилство во реалниот живот, особено ако се откријат лични информации.

Справувањето со ова прашање бара колективни напори од повеќе засегнати страни. Платформите на социјалните медиуми мора да преземат поголема одговорност преку спроведување робусни политики и механизми за следење за идентификување и отстранување на навредлива содржина

насочена кон лицата со попреченост, без оглед на нивната возраст. За социјалните медиуми навистина да служат како инклузивни и правични простори, решавањето на сеприсутниот проблем со вознемирувањето врз лицата со попреченост е императив. Само со поттикнување безбедни онлајн средини овие платформи можат да го исполнат својот потенцијал како алатки за јакнење и поврзување.

Концептуализацијата на онлајн учеството како прашање на човекови права и социјална правда предизвика академско и политичко внимание, со напори за идентификување и решавање на дигиталното исклучување/инклузија неопходни

за разбирање кои делови од населението имаат континуиран нееднаков пристап и капацитет за учество (Schejter & Tirosh, 2015).

Како да се справите со безбедноста во социјалниот свет

- Програмите за дигитална писменост се од суштинско значење за оспособување на поединците со вештини и знаења потребни за безбедно да се движат на интернет просторите и да пријавуваат вознемирување.
- Кампањите за застапување и подигање на свеста играат клучна улога во предизвикувањето на општествените ставови и промовирањето на инклузивноста.
- Правната заштита и спроведувањето се од витално значење за повикување на сторителите на одговорност и спречување на идна злоупотреба.
- Идентификувајте ги пречките за дигитална инклузија
- Разбирање на моделите на употреба кај маргинализираните групи и
- Истражете го влијанието врз нивната благосостојба, здравје и социјална инклузија (Maceviciute & D. Wilson, 2018)
-

Постои консензус дека лицата со попреченост, особено возрасните со интелектуална попреченост, се членови на една од најмаргинализираните групи во општеството и ова треба темелно да се испита во секое истражување и политички дискурс што се занимава со дигиталната инклузија и нееднаквостите (Гогин, 2021).

Надминување на бариерите со помош на дигитални алатки



Пречките за ефикасно користење на социјалните медиуми од страна на лицата со попреченост се нерегулираните и неадаптираните платформи за пристапност за лицата со попреченост од страна на креаторите на платформите. Многу од лицата со интелектуална попреченост имаат можност самостојно да ги користат социјалните медиуми од различни причини. Сепак, тие се

незаштитени и многу пати не можат да ги детектираат видовите на вознемирување што ги доживуваат во онлајн просторот.

Лицата со попреченост можат да користат дигитални алатки за да ги надминат физичките, сензорните или когнитивните бариери:

1. Асистивна технологија

Асистивната технологија, како што се читачи на екран, софтвер за препознавање глас и алтернативни уреди за внесување, се клучни за лицата со попреченост. На пример, лицата со оштетен вид можат да се движат на интернет користејќи читачи

на екран како JAWS (Job Access With Speech) или NVDA (NonVisual Desktop Access). Слично на тоа, алатките за претворање на говор во текст им овозможуваат на лицата со оштетена подвижност да управуваат со уреди преку гласовни команди.⁶

2. Инклузивен дизајн

Принципот на универзален дизајн гарантира дека дигиталните платформи ги задоволуваат различните потреби. Функции како што се прилагодливи големини на текст, титлови и прилагодливи интерфејси ја подобруваат пристапноста. Примери за тоа се VoiceOver на Apple и TalkBack на Google, кои ја интегрираат пристапноста во мејнстрим уредите.⁷

3. Можности во образованието и вработувањето

Дигиталните алатки им овозможуваат на лицата со попреченост пристап до платформи за онлајн образование и можности за работа од далечина. Платформите како Coursera и LinkedIn Learning, опремени со функции за пристапност, обезбедуваат еднакви можности за учење. Работодавците кои користат достапни алатки за соработка, како што се Microsoft Teams или Slack, создаваат инклузивни работни средини.

Како родителите/старателите/воспитувачите можат да им помогнат на лицата со интелектуална попреченост да останат безбедни во светот на социјалните медиуми?

Добредојдовте во дигиталниот свет

Интернетот и социјалните медиуми се дел од секојдневниот живот. Ги користиме за разговор со пријатели, гледање смешни видеа, читање вести или учење нови вештини. За лицата со интелектуална попреченост, дигиталната технологија може да биде начин да го истражат светот, да се изразат себеси и да останат поврзани со пријателите и семејството. Но, иако има многу придобивки, постојат и многу ризици. Некои луѓе на интернет може да се обидат да ги искористат или да ги малтретираат луѓето со интелектуална попреченост. Може да има лоши пораки, збунувачки информации, луѓе кои се преправаат дека се некој што не се. Затоа дигиталната безбедност е толку важна за лицата со интелектуална попреченост, нивните родители, старатели, пријатели и семејство.

Како родител или старател, вие играте голема улога во помагањето на лицето кое го поддржувате да ја користи технологијата на безбеден, позитивен и забавен начин. Не мора да бидете експерт - најважно е да бидете присутни, внимателно да слушате и да ги водите чекор по чекор.

6) (Гронсет и Далтон, 2020)

7) (Конзорциум на светската мрежа, 2023)

Во следните делови ќе има информации за:

- Како да се создаде безбедна дигитална средина
- Како да научите безбедни и паметни навики
- Што да се прави кога ќе се појават проблеми
- Како да се поддржи здравата употреба на технологијата

Дел 1 - Создавање безбедна онлајн средина



Првиот чекор во дигиталната безбедност е градење средина каде што лицето што го поддржувате се чувствува безбедно и самоуверено. Еден одличен начин да го направите ова е преку поминување време заедно на интернет. Седнете со нив додека користат телефон, таблет или компјутер. Поставувајте прашања за тоа што прават и покажете интерес. Ова гради доверба и ја држи вратата отворена за идни разговори.

Повеќето уреди доаѓаат со вградени безбедносни функции како што се родителски контроли за блокирање на штетни веб-страници, ограничувања на времето поминато на екранот за управување со тоа колку долго се користат апликациите или поставки за приватност за контрола на тоа кој може да ги контактира. Можете да ги истражите овие поставки заедно и да ги прилагодите врз основа на нивните потреби. При избор на безбедни апликации и веб-страници, треба да изберете апликации и страници што се лесни за користење и разбирање, без премногу реклами, дизајнирани за учење, креативност или забава.

Дозволете му на лицето да помогне во изборот на алатките што сака да ги користи. Ова ги поттикнува независноста, автономијата и интересот. Користете јасен и едноставен јазик кога зборувате за технологијата на начин што е лесен за следење. Користете ги истите зборови секој пат и, доколку е можно, покажете визуелни материјали или едноставни цртежи. Ова помага учењето да биде забавно и достапно.

Дел 2 - Предавање на безбедни и паметни онлајн навики



Главното прашање е - Што се приватни информации? За да се постигне целта и да се научат лицата со попреченост да не споделуваат лични и приватни податоци, објаснете дека не е безбедно да се споделуваат нивните:

- Целосно име
- Домашна адреса
- Телефонски број
- Лозинки
- Лични фотографии
- Името на нивното училиште

Можете да креирате шарена табела „Што да се сподели / Што да не се сподели“ користејќи слики за да им помогнете да запомнат.

Запознавање со пријатели преку интернет

Помогнете им да разберат дека некој што е онлајн можеби не е оној што го претставува. Безбеден онлајн пријател е некој што веќе го познаваат во реалниот живот. Вежбајте што да кажете ако некој странец им испрати порака, како на пример: „Не разговарам со странци онлајн.“; „Дозволете ми прво да ги прашам моите родители.“

Прашајте: „Дали би му го покажал ова на мојот родител или наставник?“ Ако не, подобро е да не го споделувате. Откако нешто ќе се објави онлајн, може да биде тешко да се отстрани - дури и ако е избришано. Исто така е корисно да се вежбаат сценарија од реалниот живот и да се користат игри со улоги за да се истражат ситуации како што се добивање чудна порака, гледање страшно видео или добивање несакано барање за пријателство.

Овие активности им помагаат да се чувствуваат посигурни и подготвени да реагираат во реалниот живот.

Дел 3 - Што да направите кога нешто ќе тргне наопаку?



Дури и со добри навики, проблемите сепак можат да се појават онлајн. Затоа е важно да се научи дека ако нешто се чувствува погрешно, во ред е да се побара помош.

Знаци дека нешто не е во ред - тие треба да ви кажат ако доживеат:

- Непознат човек бара лични информации или фотографии
- Зли или насилнички пораки
- Видео или порака што ги вознемирува
- Чувство на несигурност или збунетост околу она што го виделе

Уверете ги: Не сте во неволја. Јас сум тука да ви помогнам.

Што можете да направите ако нешто тргне наопаку?

Треба да останете смирени и да слушате. Не претерувајте со реакцијата. Обидете се да го блокирате лицето или сметката, пријавете го проблемот на апликацијата или веб-страницата или направете слика од екранот на проблемот доколку е потребно. На овој начин можете да направите дигитален план за безбедност - креирајте мал постер со слики што ги прикажуваат следниве информации:

- Со кого да разговарате (вас, наставник, старател)
- Како да блокирате некого
- Потсетник: „Не сум сам“
- Фраза што треба да се користи: „Дозволете ми прво да ги прашам моите родители“



Дел 4 - Поттикнување на здрава и позитивна употреба на технологијата



Безбедноста на интернет исто така значи и здрав однос со технологијата.

1. Балансирајте го времето поминато пред екран - Создадете едноставен дневен распоред со време за онлајн активности (видеа, игри, разговори); офлајн забава (цртање, спорт, прошетки во природа), оброци, одмор и спиење. Користете тајмер или графикон за визуелна рутина за да ги олесните транзициите.
2. Прославете ги добрите избори - кажете работи како „Горд сум на тоа како се справивте со таа порака!“ и „Браво што не заборавивте да прашате пред да споделите!“ Оваа позитивна повратна информација ќе им помогне на лицата со индикации да изградат самодоверба и добри дигитални навики.
3. Продолжете да зборувате и да повторувате, обидете се да го направите тоа дел од вашата дневна проверка: „Што ви се допадна денес онлајн?“; „Дали се случи нешто смешно или чудно?“; „Сакате да ми го покажете вашето омилено видео?“ Малите, секојдневни разговори ја одржуваат комуникацијата отворена и градат доверба.

Бидете трпеливи и присутни!

Учењето за дигитална безбедност бара време. Може да се случат грешки - тоа е во ред. Најважно е што вие сте таму, водејќи ги со љубезност и поддршка.



Контролна листа

Она што треба да се направи: Безбедни навики



- Прашајте родител или старател пред да додадете нов пријател.
- Чувајте го вашиот профил приватен. (Користете ги поставките за приватност)
- Споделувајте само фотографии или приказни што би им ги покажале на родител или наставник.
- Користете љубезни зборови кога коментирате или разговарате.
- Кажете му на неког на кого му верувате ако нешто на интернет ве вознемирува или ве збунува.
- Одјавете се од вашата сметка кога ќе завршите.
- Размислете пред да објавите. Прашајте: „Дали е безбедно? Дали е љубезно? Дали е во ред да се споделува?“

Она што не треба да се прави: Небезбедни навики



- Не го споделувајте вашето целосно име, адреса, телефонски број или лозинки.
- Не разговарајте со луѓе што не ги познавате во реалниот живот.
- Не испраќајте ваши фотографии на страници.
- Не кликајте на линкови од луѓе што не ги познавате.
- Не верувај во сè што ќе прочиташ на интернет. Некои луѓе лажат.
- Не се среќавајте со неког што сте го запознале преку интернет без да му кажете на возрасен од доверба.
- Не чувајте тајни за нешто што се случило онлајн.

Лесни фрази за потсетување



- „ Ако не ги познавам, не разговарам со нив. “
- „ Ако се чувствувам несигурно, ќе прашам неког на кого му верувам. “
- „ Ако се чувствувам погрешно, веднаш ќе му кажам на неког. “

ЗА ПАРТНЕРИТЕ



ARCA COMUNITÀ IL CHICCO ETS

Via Ancona, 1 - Ciampino (RM) | Tel. +39 06 7962104
www.larche-ilchicco.it | segreteria@larche-ilchicco.it
Facebook: [larcheilchicco](https://www.facebook.com/larcheilchicco) | Instagram: [larcheilchicco](https://www.instagram.com/larcheilchicco)

Il Chicco е една од првите заедници на лица со и без интелектуална попреченост, што темели на сочувство и инклузија, која ги отвори своите врати во Рим во 1981 година. Како прв италијански член на меѓународната федерација L'Arche, Il Chicco прерасна во жив дом за возрасни лица со интелектуална и моторно-интелектуална попреченост, нудејќи резиденцијална грижа и динамичен дневен центар. Заедницата е изградена врз вредности како што се достоинство, автономија и заеднички живот — каде секој човек е виден, слушнат и поддржан во атмосфера налик на семејство. Со своето долгогодишно искуство, Il Chicco стана доверлив глас во промовирањето на социјална инклузија и личен развој на лицата со интелектуална попреченост. Нивната работа во областа на интимноста и управувањето со еротизирани динамики и релации во кои се наоѓаат овие лица, сведочи за нивната храбра и внимателна посветеност кон сложени, често занемарени аспекти на поддршката на лица со попреченост.



L'ARCHE COMUNITÀ L'ARCOBALENO - IMPRESA SOCIALE

Via Badini, 4 - Granarolo Emilia (BO) - I | Tel. +39 051 767300
www.larchebologna.it | info.bologna@arca-it.org
Facebook: [comunita.larcobaleno](https://www.facebook.com/comunita.larcobaleno) | Instagram: [larche_arcobaleno](https://www.instagram.com/larche_arcobaleno)

L'Arcobaleno не е само организација — тоа е жива заедница каде секој човек се третира како уникатен и незаменлив. Основа на оваа заедница е верувањето дека несовршеноста е заедничка човечка карактеристика, која може да поттикнува заемен раст, инклузија и искрена поврзаност. Со над дваесет години искуство, L'Arcobaleno управува со резиденцијални и дневни рехабилитациони центри во Болоња, нудејќи средина каде возрасни лица со интелектуална попреченост можат да напредуваат социјално, емоционално и професионално. Нивната посветеност кон изградба на значајни односи — вклучително и интимни и емотивни — е централна за нивната мисија.



Center for Youth Activism KRIK

St. Naum Ohridski bb - Skopje - MK | Tel. +389 78370987
krik.org.mk | infokrikcenter@gmail.com
Facebook: [cya.krik](https://www.facebook.com/cya.krik) | Instagram: [cya_krik](https://www.instagram.com/cya_krik)

КРИК е динамична сила за инклузијата во Северна Македонија, посветена на создавање значајни можности за лица со попреченост да растат, се поврзуваат и напредуваат. Преку мултифункционалниот центар Крикни и трите домови за независно живеење, КРИК обезбедува приспособена поддршка која обединува работна терапија, едукација и општествена вклученост. Нивната пионерска работа во сексуалното образование за лицата со интелектуална попреченост — спроведена преку структуриран шестмесечен програм — сведочи за длабока посветеност на автономијата и благосостојбата на овие лица. КРИК игра клучна улога и во процесот на деинституционализација во С. Македонија, нудејќи практични услуги и професионални обуки за негуватели и едукатори.