

Waxaa jira caawimaad la heli karo!

Oo loogu tala galay
adigaaga u soo qaxay ama
u soo guuray Iswiidhan



Caafimaad darro xagga dhimirka ah

Caafimaad darrada dhimirku waa eray micno ballaaran leh, waxa aan ula jeednana waa sida uu qofku dareemayo marka uusan guda ahaan fiicneyn. In welwel la dareemo, la murugeysnaado ama isterees la dareemo waxay calaamad u noqon karaan caafimaad darrada dhimirka. Dadka qaar waxaa dhici karta in uu ku dhacyo xanuun jirka ah, waxayna dareemi karaan in uu jirku kala taaganayahama waxay dhibaato ku qabaan hirdada. Dadka qaarna waxaa dhici karta in ay dhibaato ka qabaan xagga xasuusta ama wax isku taxallujinta.

Caafimaad darrada dhimirku waxaa ay sidoo kale ku saabsanaan kartaa cudurro xagga dhimirka, naafanimo xagga maskaxda ah (tusaale ahaan Autism iyo ADHD) iyo dhammaan dhibaatooyinka xagga dhimirka ee saameynaya nolol maalmeedkaaga iyo sida aad caafimaad ahaan dareemeysid.

Khatar sii weyn

Dadka ka yimaada khatar ka weyn ayey ugu jiraan in ay ku dhacdo caafimaad darro xagga dhimirka ah marka la barbar dhigo dadka Iswiidhan ku dhashay. In kastoo khatartu ay dadka soo galootiga ah ku weyntahay haddana si dhif ah ayey daryeel u raadsadaan.

Sababaha aysan daryeel u raadsaneyn wey kala duwanyihii. Waxaa dhici karta in cafimaad darrada dhimirka ay

tahay wax aad ceeb uga ah qoyska ama dhaqanka qofka, in aadan ogeyn in lagaa caawin karo dhibaatooyin noocaas ah, in aadan hayn erayo aad ku sharraxi kartid sida aad dareemeysid, ama wax uun kale ay jiraan.

Istereeska ka dhasha qaxitaanka

In uu qofka ka tagyo waddankiisa kama dhigna oo keliya in uu ka tagyay aag jooqoraafi ah ee waxay badanaa sidoo kale ka dhigantahay in uu ka tagyay luqaddiisa, halka uu ka soo jeedyo, dhaqankiisa iyo shabakaddi badbaadada ee u lahaa, isagoowajahaya mustaqbal aan la hubin. Waddanka cusub waxaa maareynta wixi aad horay ula soo kulantay kaaga dheeri ah in sidoo kale aad baratid luqad cusub, isku daydid in aad waddanka cusub ka heshid shaqo, hoy, waxbarasho iyo saaxibbo.

Taasi waxaa ay keeni kartaa in uu kugu dhacyo isterees qaxitaanka la xiriira. Waa wax iska caadi ah in ay qofka saameyaan dhacdooyinka dhacaya inta uu ku jirro seddaxda weji ee qaxitaanka:

- Inta aadan waddankaagi ka soo tegin**
Tusaale ahaan xaalad dhaqaale, siyaasad ku lug lahaansho, ama waxy-aabo aad u xun oo aad la kulantay.



- Inta aad qaxa ku soo jirtay**
Tusaale ahaan waddo safar oo khatar ah ama isterees badan, dhacdooyin aad u xunxun, welwel ama xaalad hoyga la xiriirta.
- Ka dib marka aad waddanka cusub timiday**
Tusaale ahaan luqad cusub, dakhli iska liita, shaqo la'aan, megengelyo codsasho ama welwel aad welweley-sid kuwa waddanki ku haray.

Dad badan marka ay waddanka cusub yimaadaan waxaa ay dareemayaan in ay yara sidii hore ka fican yihi, laakin isla mar ahaantaas waxay la kulmi karaan xaalado adadag oo nololeed. Waa wax iska caadi ah in qofku ka murugoodo luminta waddankiisi iyo aqoonsigii, shabakaddiisi bulsho, hubaal la'aanta xaaladdiisa cusub, iyo qaameysnaan ama awood darri uu dareemayo oo ku aaddan dadka weli waddanki ku haray.

Xitaa haddii aad wacnaan dareemeysay marki aad ugu horreyn halkan timid geeddi socodka dheer ee megengelyo raadinta, kelnimada, kalsooni darra-da xagga dhagaalaha iyo waxyaabo kale ayaa keeni kara in aad billawdid, dhawr sano ka dib marki aad Iswiidhan timid, in aad caafimaad darro dareentid.

Waxaa jirta caawimaad la heli karo

Iyadoo aan la eegeyn dhibaatada aad qabtid waxaad caawimaad weydiisan kartaa rugta caafimaadka oo badanaa ku siineysa nooc taageero ama daweyn ah. Waxay tusaale ahaan noqonkaraan

tala bixin, wadahadal taageero, haddii loo baahdana dawo, caawimaad ku aadan sidi aad caadooyinkaaga caafimaad u beddli lahayd, ama wax kale.

Xitaa adigaaga megengelyo doonka ama waraaqo la'aanta ah xaq baad daryeel caafimaad u leedahay. Marka aad daryeel caafimaad raadsaneysid wuxuu shaqaaluhu ku weydiin doonyaa magacaaga, taariikhda dhalashada, adareeska iyo nambar taleefan haddii aad leedihid. Haddii aad heysatid kaarka LMAga waa in aad iyaga tustaa, ama aad sheegtaa nambarkaaga keydka.

Haddii aadan awoodin ama rabin in aad caawimaad weydiisatid laamaha caafimaadka waxaa fican in aad la hadashid cid kale oo aad ku kalsoontahay oo ku dhegeysaneysa. Laga yaabee qof ka tirsan koox diimeedkaaga, saaxib, qofka kula shaqeeya ama iskoolka.

Waxaad sidoo kale nambarka 1177 ka wici kartaa Vårdguiden oo aad kala hadli kartaa sida aad dareemeysid. Shaqala-ha 1177 waxay ku hadlaan ingiriis iyo iswiidhish.

1177 carabiga: 0771 – 11 77 90
1177 soomaaliga: 0771 – 11 77 91

Xaq aad turjumaan u leedihid

Haddii aadan si kugu filan isugu cab-biri karin af-iswiidhish waxaad xaq u leedahay turjumaan. Taasi waxay ku qorantahay sharciga, waana wax sha-

qeynaya marka aad daryeel raadsaneysid iyo marka aad hey'adaha dowladda la xiriireysid intaba.

Waajib sir qarin

Shaqaalaha caafimaadka iyo turjuma-annada waxaa labadaba saaran waajib sir qarin. Waxay taasi ka dhigantahay in aysan qof kale ama hey'ad kale u gudbin karin macluumaad kugu saabsan adiga oo aadan oggolaannin.

Sheekada qofka

Safiirrada Hjärnkoll waxay khibrada-hooda ku aaddan caafimaad darrada dhimirka ugu muxaadareynayaan shaqaalaha iyo dadka kale ee aan caafimaad ahaan fiicneyn labadaba. Kuwo badan oo ka mida waxay khibrad u leeyihiiin soo galootinimada iyo daryeel caafimaad raadsashada labadaba. Halkan waxay laba safirrada ka mid ahi dadka la wadaagayaan sheekooyinkoodi.



Raghad

Raghad waxaa ay ku soo kortay nolol isku dhex yaacsan magaalada Mosuol, ee waddanki hooyo ee Ciraaq. Inti ay carruur ahayd oo dhan waxaa ay dhibaatooyin ku qabtay iskoolka, waxayna halgan ugu jirtay sidi ay booskeeda u buuxin lahayd ugana soo bixi lahayd waxyaabaha dadka hareereheeda ah ay ka rejeynayaan.



Inti u dhexeysay 2003-2011 waxaa Ci-raaq ka jiray dagaal, Raghad qoyskeedu-na waxay ku khasbanaa-deen in wad-danka ka tagaan. Joogsigi ugu horreeyay wuxuu ahaa Urdun, markaasna waxay Raghad jirtay 12 sano. Halkan ayey Raghad kula kulantay midki ugu horreeyay ee welwello argagax leh oo ay la kulmay-say wixii markaas ka dambeeyay.

Marki Raghad ay timid Iswiidhan waxaa ay rejeynayeen iyada iyo qoyskuba nolol cusub in ay billaabaan. Laakin waqtii dheer ayey Raghad ku qaadatay in ay luqadda barato. Ugu dambeynti waxay isaga hartay dugsigi sare. Raghad waxay beddel ahaan isku dayday in ay shaqo hesho laakin caafimaadkeeda maskax ahaaneed wuu xumaanayay marba marka ka dambeeya. Wey guursatay, waxayna dhashay laba carruur ah laakin waxaa ku adkaatay in ay nolol maalmeedki isku duwdo, waxayna Raghad mararka qaar dareemeysay in ay tahay qof micno laaway ah, caajis badan oo aan waxba ku toorneyn, aadbey u ooyi jirtay waxaana ku dhacaysay caro ay iskala qarxeysyo.

Raghad waxaa ku dhacay dhabar xanuun, qoor xanuun iyo kala goysyo xanuun, waxayna taas caawimaad u raadsatay dhawr jeer iyadoo aysan xaaladdeedu ka soo fiicnaan sidiidi hore. Waxaa loo gudbiyay qof kalkaaliye caafimaad ah oo loo tababaray masaajada iyo duugniinka xubnaha jirkoo dareemay in ay qoorta ku leedahay ricir soo godmantay. Waxaa la siiyey tababaro aan nasiib darro waxba ka caawin.

Is rogiddi jawaabti ka bacdi

Ugu horreyn marki qof kalkaaliye caafimaad ah, oo loo tababaray masaajada iyo duugniinka xubnaha jirkoo, uu ka warramay in isterees iyo caafimaad darro xagga dhimirka ah ay xanuun keeni karaan ayey Raghad ogaatay in ay dhici karto in ay sababtaas tahay sababta uu

xanuunka badani u hayo. Ka dib marki uu cilminafsiyahan baaray waxaa la xaqiijiyyah in Raghad ay qabto niyad jab iyo welibo ADHD/ADD. Raghad waxay taasi ka dejisay culeys weyn, waxayn ugu dambeynti sharraxaad u heshay dhibaatooyin-keedi. Waxay billawday in ay sidii hore ka fiicnaato iyo in ay hesho siyaabo kala duwan oo dhibaataada loo maareyn karo.

Iyadoo ay mahadda leedahay faallada dhakhtarka ee qofka dadka ka caawiya dhaqdhqaqaqa iyo tababarka xubnaha jirkoo iyo cilminafsiyahanka ee ku aaddan waxa ay ka bixi karto iyo waxa aysan ka bixi karin ayey Xafiiska shaqada ka heshay taageero wanaagsan. Xafiiska shaqada ayey ku heshay hagitaan, taageero dhaqaale, fursado ku aaddan tababar shaqo iyo shaqo iyada ku habboon. Iyadoo iskaashiga wanaagsan ee lala leeyahay laamaha caafimaadku uu fadliga leeyahay ayey jirro ku qorneyd waqtioyo gaagaaban inta u dhexeysa inti ay tijaabineyso goobo shaqo oo kala duduwan.

Maanta Raghad wey fiicantahay, jirkuna ma xanuunayo. Waxay heshay shaqo ay ku farax-santahay, waxay caawimaad ka heshaa qeybta cudurrada maskaxda. Nolosha guriga sidihi hore si ka fiican ayey ugu socotaa, ninkeeda iyo carruurteeduna wey ka dareemayaan in aysan sidihi hore u caro badneyn. Raghad waxay dareemey-saa in mustaqbalku uu ifayo.



Abdinassir

Abdinassir wuxuu ku koryay Soomaaliya, wuxuuna isagoo dhawr iyo toban jir ah u guuryay Kenya. Wuxuu Iswiidhan yimid 2004, isagoo 27 jir ah, waxaana megengelyo la siiyay laba sano ka dib. Abdinassir si degdeg ah ayuu luqadda iswiidhishka u bartay, dhaqsana u bilaabay jaamacad. SFI-ga ayuu Abdinassir kula kulanyay xaaskiisa mustaqbalka, oo iyaduna sidoo kale Soomaaliyad ah, farxaddooduna aadbey u weynedyd marki ay ogaadeen in ay sugayaan canuggoodi ugu horreeyay.

Canuggi ugu hor dhashay ilmaha ee Mohamod wuxuu bilaabay dugsiga xan-naannada. Waqtii ka dib ayey shaqaaluhu sheegeen in Mohamod uusan si fican carruurta kale ula ciyaareyn, weyna adkeyd in xiriir lala sameeyo isaga.

Abdinassir iyo xaaskiisu ma rabin in ay aqbalaan in wiilkoodu uu dadka ka duwanyahay. Dhaqankooda canugga qiimeyn laguma sameeyo isagoo sidaas u yar sidaas darteed waxay u arkayeen in ay tahay wax la yaab leh in shaqaaluhu uu arrinka la soo qaadyo. Marka uu shaqaaluhu weydiinayo su'aalo qaar, waxay dareemayeen in iyaga la eedeynayo oo farta lagu fiiqayo. Ugu dambeyn waxay oggolaadeen in Mohamod la baaro waxaana loo gudbiyay BUP. Baaritanki waxaa ka soo baxay in Mohamod uu qabo naafanimo xagga garaadka ah, autism iyo ADHD.

Jawaabti murugo weyn ayey Abdinassir iyo xaaskiisa ku noqotay. Abdinassir iyo xaaskiisuba waxay ku koreen bulsho caadi ahaan loo heysto in cudurrada maskaxda laga weynaan karo ama ay iska baxayaan haddii uu qofku iimaan wanaagsan leeyahay, waxayna la daalaa dhacayeen fikrado waxyaabahaas la xiriira.

BUP kuma ficiineyn in ay aqoonta ku aaddan waxyaabaha wiilka laga helay ugu gudbiyaan waaliddiinta si ay u qaadan karaan. Xigto ahaanna Abdinassir sidoo kale lama siin wax taageero ah sidaas darteed waxaa Abdinassir khassab ku noqotay in uu beddel ahaan gacantiisa aqoon ku raadsado oo uu ururiyo.

Ceebta ayaa caqabad noqotay

Cadaadiska saaran Abdinassir wuu weynaaday. Waxbuu bartaa, jardiinada goobta xilliga firaaqada ayuu ka shaqeeyaa, waxaa u dhashay canug kale, xaaskiisu weli waxay aqbali la'dahay waxyaabaha canugga laga helay, isaguna wuxuu dareemaya dembi iyo ceeb in canuggu uu dadka ka duwanyahay. Daalki ayaa ku sii batay, waxaa laga eryay shaqadi maxaa yeelay maqnaashadiisa ayaa badatay, taasoo dhankeeda abuuray welwel dhaqaale. Waxaa ku dhacay niyad jab isagoo aan dhab ahaan ogeyn waxa uu yahay.

Abdinassir ma oga in daryeel caafimaad loo heli karo dhibaatada xagga dhimirkaa ee wuxuu dareemaya ceeb weyn. Wuxuu dareensanyahay in dhaqankiisa ay tahay in ninku uu nin "adag" ahaado oo uusan dareenkiisa ka hadlin.

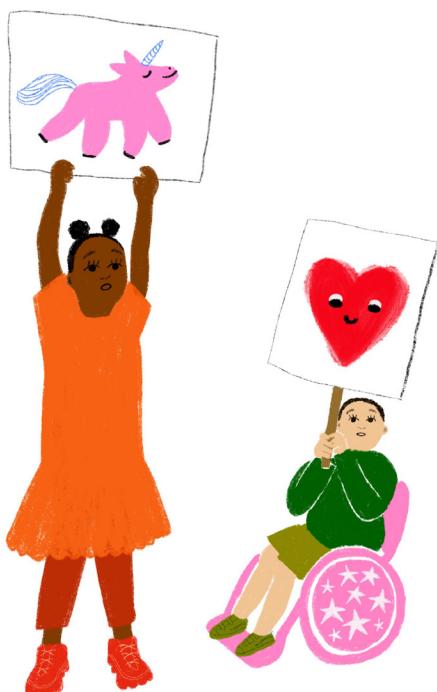
Ugu horreyn marki uu bas ku dhexta qayba ayuu fahanyay in uu caawimaad u baahanyahay, inkasto uu aaminsanaa in ay taasi la mid tahay in meel lagu xiro. Dhaqankiisa ma jirin eray loo adeegsado cilmi nafsi, welwel iyo niyad jab, qaar badanna waxayba aaminsanyihii in uu qofku ama waalanyahay ama "caadi" yahay.

Wuxuu aadyay rugta caafimaadka oo ugudbisay qeybta cilmi nafsi halkaas oo si fiican loogu qaabilay laguna casuumay daweyn cudurrada jirka ama maskaxda la xiriirta iyo daryeelid.

Intii daweynta cudurrada jirka ama maskaxda la xiriirta lagu jiray ayuu Abdinassir bartay nin iswiidhish ah oo isaguna sidoo kale lahaa carruur walxo kala duduwan laga helay, qoysaskooduna waxay billaabteen in ay waqtii isla qaataan. In uu dhibaatoo-yinkiisa xagga maskaxda kala hadlo dad kale oo isla xaaladda ku jira culeys weyn ayey ka ridday.

Tallaab-tallaab ayuu Abdinassir u bilaawayay in uu u soo fiicnaado, wuxuuna maanta helyay si la taaban karo oo uu nolol maalmeedkiisa uga soo baxyo.

Muhiimadda ay leedahay in aad kaligaa wax isbartid waa wax uu mar walba ku soo noqnoqdo. Wilki Mohamod wuxuu yeeshay lix walaalo ah, wuxuuna rabyaa in uu farshaxan-yaqaan noqdo.



Iswiidhan gudeheeda afartii qofba seddax ay khibrad u leh caafimaad darro xagga dhimirka ah, ama iya-ga ayey la soo gudboonaatay ama xigtadooda. Xitaa inkasta oo ay taasi caadi tahay haddana dad badan waxay ku dareemayaan ceeb in ay caafimaad darro qabaan. Laakin waxaa jira caawimaad la heli karo.

Nambarka taleefanka 1177 ka wac Vårdguiden si aad u heshid talooyin ku aaddan halka aad la xiriiri kartid. Markaas waxaad sidoo kale weydiisan kartaa turjumaan haddii aadan sidaas iswiidhishka ugu sii fiicneyn. Wuxaan xitaa wax dheeraad ah ka akhrisan kartaa boggooda intarneetka ee 1177.se.

Riksförbundet Hjärnkoll waxay ka shaqeysaa kor u qaadidda aqoonta ku aaddan caafimaad darrada dhimirka, waxayna keentaa in dad badani ay xaaladahooda ka hadlaan. Wuxaan sidoo kale rabnaa in dhammaan dadku ay xuquuq iyo fursado isku mid ah helaan iyadoo aan loo eegeyn naafanimada xagga maskaxda.



(H)JÄRNKOLL
hjarnkoll.se



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN