



This project is co-funded
by the European Union



VETËVENDOSJA



ecim rritemi së bashku



VETËVENDOSJA

Teksti është përpiluar në bazë të publikimit
“ Vetëvendosja”
Versioni origjinal i këtij materiali, është publikuar
nga Shoqata për Vetëpërfaqësim.
Kjo shoqatë është shoqata e parë e personave me aftësi të
kufizuar intelektuale në Republikën e Kroacisë.
Shoqata “Ndihmoni Jetën” falenderon shoqatën, që e ka bërë të
mundur përdorimin e këtij materiali.

Për përgatitjen e broshurës janë përdorur vizatime dhe simbole **Widgit Symbols©**
Widgit Software 2002-2017
Web-faqja: www.widgit.com

Vizatimet dhe simbolet e përdorura në këtë broshurë janë
pronësi e Widgit Software dhe nuk mund të përdoren pa lejen e pronarit.

Përkthyer në gjuhën shqipe nga: Kosovo Mental Disability Rights Initiative, K-MDRI
dhe Përshtatur nga Shoqata “Ndihmoni Jetën”

Të gjitha shprehjet dhe emërtimet gramatikore mashkullore
të përdorura në këtë tekst përfshinë gjininë mashkullore dhe
femërore të personave që ju referohen.

Ky publikim u ribotua në kuadër të projektit “Të rinjtë me aftësi të kufizuar intelektuale,
advokojnë për përfshirjen e tyre sociale”, i bashkëfinancuar nga Bashkimi Evropian dhe
zbatuar nga World Vision Shqipëri, SEEYN dhe Shoqata Ndihmoni Jetën.

Ky publikim është prodhuar me mbështetjen financiare të Bashkimit Evropian.
Përmbajta e këtij publikimi është përgjegjësi e vetme e autorëve dhe nuk pasqyron
detyrimisht pikëpamjet e Bashkimit Evropian.

Ç'është vetëvendosja?

Vetëvendosje do të thotë të vendosësh vet për vete dhe për jetën tënde. Vetëvendosja është mundësia e personit që të marrë vendime e të ketë ndikim në jetën e tij. Të gjithë njerëzit kanë të drejtë të vetëvendosin.

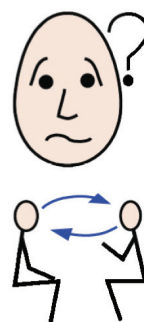


Megjithatë, asnjë njeri nuk vendos dot i vetëm.

Të gjithë vendosim dhe me ndihmën apo këshillën e të tjerëve.

Ndonjëherë ndihma është e nevojshme që të kuptojmë edhe për pasojat e vendimeve tona.

Njerëzit që mund të na ndihmojnë të marrim vendime janë njerëzit që iu besojmë më shumë.



Këta mund të jenë:

- Prindërit,
- Vëllezërit apo motrat,
- Shokët ose miqtë,
- Fqinjët ose njerëz të tjerë, të cilëve iu besojmë.



Mund të na mbështesin edhe njerëz që e kanë profesion e paguhen për të na mbështetur.

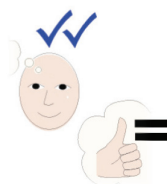


Këta mund të jenë:

- Punonjësit socialë,
- Defektologë (specialistë riaftësimi për persona me deformime),
- Psikologë,
- Juristë,
- Mjekë,
- Njerëz të tjerë që na mbështesin me pagesë.



Ata mund të na ndihmojnë të kuptojmë zgjedhjen dhe vendimet që marrim, por nuk kanë të drejtë të vendosin në emrin tonë. Ata duhet të respektojnë vendimet tona.



Të gjithë kemi të drejtë që ta drejtojmë vet jetën tonë.



Zgjedhja dhe të vendosurit

Personat me vështirësi intelektuale shpesh nuk mund të zgjedhin dot se ku do të jetojnë. Ata mund të jetojnë vetëm në dy vende: në institucione ose me prindërit e tyre.



Në institucion nuk kanë rast të vendosin pothuajse për asgjë, sepse vendosin ekspertët se:



- Kur do të shkohet për të fjetur,
- Çfarë ushqimi do të hamë,
- Si do të vishemi,
- Si do të kalohet dita.



Po kështu, edhe njerëzit që jetojnë në familje, shumë shpesh nuk kanë mundësi të vendosin.

Në vend të tyre ndonjëherë vendosin prindërit.

Për të pasur mundësi që personi të vendosi për veten, duhet së pari të ketë mundësinë e zgjedhjes.



Zgjedhja e plotë do të thotë të kesh rastin të vendosësh midis disa mundësive.

Zgjedhja e plotë do të thotë të kesh mundësi të njëjta me personat e tjerë që jetojnë në grup.

Për shembull, mund të vendosim çfarë do zgjedhim të hamë:

- Mes mishit, perimeve, brumit apo supës;



Si do të vishemi,

- Të zgjedhim bluzën e kaltër, të kuqe, të bardhë apo të zezë.



Me cilin do të jetojmë

- Vetëm, me prindërit, me bashkëjetuesë apo me shokë.



Shumë shpesh, zgjedhja është e kufizuar.

Për shembull:

Nëse nuk kemi para të mjaftueshme, nuk mund të vendosim të jetojmë vetëm, në një banesë të madhe.



Vendimet tona kanë edhe pasoja.



Kemi vendosur mirë, atëherë kur jemi të kënaqur me pasojat e vendimit tonë.



Për shembull:

Kur vendosim të kursejmë paratë, mund të blejmë telefonin që na pëlqen.



Ndonjëherë vendosim gabim.

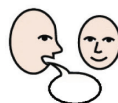


Për shembull:

Nëse vendosim të mos e nxjerrim për shëtitje qenin, ky do ti kryejë nevojat personale në shtëpi banesë, të cilën do të na duhet ta pastrojmë.



Në këtë mënyrë, mësojmë nga gabimet tona. Ndonjëherë na duhet ndihmë, që të kuptojmë pasojat e vendimeve tona.



Me anë të vendimeve ne marrim kontrollin mbi jetën tonë.



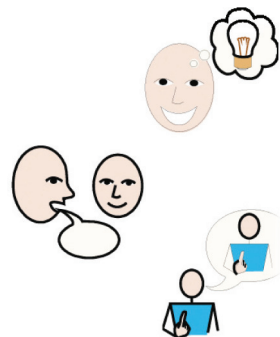
Shkathtësitë Aftësitë për vetëvendosjes

Përveç përzgjedhjes duhet edhe aftësia për vetvendosje.

Për të pasur vetëvendosje është e rëndësishme të zhvillohen edhe disa shkathtësi aftësi të tjera.

Këto janë, për shembull, shkathtësitë aftësitë e:

- Zgjedhjes së problemeve,
- Komunikimit,
- Vetëpërfaqësimit.



Është e rëndësishme për secilin person, që qysh nga fëmijëria të ketë mundësi të zhvillojë shkathtësitë aftësitë e vetëvendosjes.



Vetëvendosjen e zhvillojmë më së miri përmes përvojave të reja.

Vetëvendosje do të thotë se dimë:



- Çfarë dëshirojmë të punojmë,
- Si dëshirojmë të jetojmë,
- Çfarë dëshirojmë të mësojmë,
- Cilat janë të drejtat dhe detyrat tona,
- Si të mbrojmë të drejtat dhe detyrat tona,
- Cilat janë anët tona të forta dhe të dobëta,
- Çfarë është me rëndësi për neve në jetë,
- Si do ta realizojmë atë që dëshirojmë,
- Të kuptojmë pasojat e vendimeve tona.

Vetëvendosje nuk do të thotë që:



- Çdo gjë ta bëjmë vetëm,
- Të kemi kontroll absolut mbi jetën tonë,
- Të jemi përherë të suksesshëm,
- Të kemi vetëm zgjedhje dhe vendime,
- Personi të vendosë krejt i vetëm,
- Personi të marrë mbi vete të gjitha pasojat.

Vetëvendosja nuk është program për riaftësim.

Vetëvendosja dhe vetëpërfaqësimi

Vetëvendosja e ndihmon njeriun në jetën e tij të përditshme.



Vetëpërfaqësimi, si lëvizje, i vjen në ndihmë një grupi njerëzish që të realizojnë të drejtat e tyre.



Deklarata Universale e të Drejtave të Njeriut e Kombeve të Bashkuara, e vitit 1948, thotë se të gjithë njerëzit kanë të drejta të barabarta.



Në mesin e të drejtave që përmenden në Deklaratë janë:

- E drejta për jetë,
- E drejta për martesë,
- E drejta për punë,
- E drejta për shkollim.

Lëvizja për vetëpërfaqësim beson se këto të drejta duhet të vlejnë për të gjithë njerëzit.

Megjithatë, akoma shumë njerëz me vështirësi intelektuale, në shtete të ndryshme, nuk i kanë këto të drejta. Akoma ka njerëz që mendojnë se personat me vështirësi intelektuale nuk duhet të kenë të drejta.



Përmes vetëpërfaqësimit, njerëzit kanë filluar të luftojnë për të drejtën e tyre në më shumë zgjedhje.

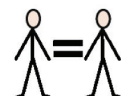
Vetëm jeta në grup (kolektiv) dhe përkrahja në grup mundësojnë zgjedhjen e plotë dhe të drejtën e plotë për vetëvendosje.



Kombet e Bashkuara kanë shkruar Konventën për të drejtat e personave me aftësi të kufizuara.



Konventa thotë se personat me aftësi të kufizuara kanë të drejtë për jetë kolektive dhe të drejtë të barabartë të zgjedhin sikurse gjithë njerëzit e tjerë



Rreth kësaj broshure

Kjo broshurë është shkrojtur që të kuptohet ç'është vetëvendosja dhe pse është e rëndësishme.



Shpresojmë që kjo broshurë t'ju nxisë të kuptoni e të mësoni më shumë rreth vetëvendosjes.

Vetëvendosja ka të njejtën njëjtën rëndësi për të gjithë njerëzit

