

Əqli geriliyin İslahında psixoloji metodlar



Uşaqlıq dövrü insanın gələcək həyatının təməlini qoyan bir dövrdür. Uşaqın gələcək inkişafı bu dövrdə eldə olunan bilik və bacarıqlara əsaslanır. Uşaq beyni çox həssas və elastik olur, onun qəbul etdiyi informasiyalar bəzən ömürlük yaddaşda qalır. Odur ki, insan beyni daim inkişaf etdirilməli və həmişə daha yeni, mürəkkəb funksiyaların qavranılması üçün məşq etdirilməlidir. Uşaqların bütün hissyyat bacarıqları (görmə, toxunma, iyibilmə, dadbilmə, eşitmə) oyun vasitəsilə inkişaf etdirilməlidir. Hissetmə bize ətraf mühit haqqında məlumat əldə etməyə imkan verir. Beyin nə qədər çox informasiya qəbul edərsə, bir o qədər çox inkişaf etmiş olar. Əgər uşaqların beyni informasiyalardan təcrid edilərsə, o heç vaxt normal inkişaf etməyəcək. Hər bir uşaq 3 əsas sahəde inkişaf edir:

1. Fiziki (bədən) inkişaf.
2. Əqli (intellektual) inkişaf.
3. Sosial (ünsiyyət) inkişaf.

Uşaqlarda əqli geriliyin İslah edilməsində onların fiziki inkişafına nail olmaq daha çox önəm kəsb etdiyindən bu məsələ üzərində bir qədər geniş dayanmaq istərdik.

Məlum olduğu kimi, əqli geriliyi olan uşaqlar, həm körpə yaşı dövrlərində, həm də məktəb yaşı dövrlərində bir sira müüm fiziki inkişaf motorikası çatışmazlıqları ilə xarakterizə olunur. Onlar öz yaşlılarından fərqli olaraq başlarının üstündə asılan oyuncاقlara dərtinməgə və ya reaksiya verməyə, eyni zamanda imkəlməyə, oturmağa, durmağa gec başlayırlar. Hərəkət sferasında bu kimi ləng inkişaf isə uşaqdə ətraf

mühit ilə tanışlığı, ətraf mühitə alışmaq imkanlarına ciddi təsir edir.

Məktəbəqədər əqli geriliyi olan uşaqlar bacarıqsızlığı, pis koordinasiya, həddindən artıq ləngimələri və ya əksinə olaraq impulsiv (yeni cilgin) olmaları ilə fərqlənlərlər. Bu səbəbdən də onlar ən sadə həyatı vacib özünəxidmət bacarıqlarını mənimseməkdə çətinlik çəkirlər. Uşaq körpəlik dövründə çıxanda uzun müddət stekandan, qaşıqdan və s. istifadədə çətinlik çəkir. Qaşığı, stekanı ağızına aparmamış dağıdır. Məktəb yanında olan bir çox əqli geriliyi olan uşaqlarla uzun və məqsəd-yönlü iş aparılmadıqda uşaq sərbəst geyinib-soyuna, paltrarını düzgün qatlaya bilmir. Hərəkətlərinin yöndəmsiz olması onların yerisində, qacışında, tullanmasında və s. praktiki həyat fəaliyyətində üzə çıxır. Hətta bəzi hallarda əllərinə alıqları oyuncاقları belə saxlaya bilmirlər və əllərindən salırlar.

Motorikada zəif inkişafın olması bir çox başqa fəaliyyətlər zamanı da özünü göstərir. Belə ki, onların çəkdiyi şəkillər natamam əyri xətlər olur.

Motorikanın çatışmazlığı həm də əqli geriliyi olan uşaqlarda danışq nitqinin pozulması ilə də müəyyən dərəcədə bağlıdır. Danışq nitqinin fonematik cəhətdən düzgün olması, nitq orqanlarının hərəkətinin dəqiq koordinasiyasından asılıdır. Məktəbəqədər yaşı dövründə uşaqların yerisində və əl eməyi fəaliyyətində motorikanın pozulması onların nitqində də bilavasitə öz əksini tapır.

Məktəb illərində əqli geriliyi olan uşaqlarla dərsdə və ya dərsdənənar vaxtlarda mütə-

rənmə qabiliyyətinin daha zəif olmasına səbəb olur. Əqli geriliyi olan uşaqlarda danışmaq, yerimək, öz paltarlarını geyinmək, yemək qəbulu ilə bağlı fərdi ehtiyaclarını ödəmək prosesləri ləng gedir. Məktəbdə oxuyan zaman da çətinliklər meydana çıxır. Onlar nəyəsə nail ola bilsələr də, bunun üçün çox vaxt tələb olunur.

Mütəxəssislər əqli geriliyi bir çox səbəblərini aşkar etmişlər. Bunlardan ən mühümləri aşağıdakılardır:

1. Genetik hallar
2. Hamiləlik zamanı yaranan problemlər
3. Doğuş problemləri
4. Sağlamlıq problemləri

Əqli gerilik xəstəlik deyil. Əqli gerilik başqasından yoluxa bilməz. Məlum olduğu kimi, əqli geriliyin 3 dərəcəsi var:

Ən ağır dərəcə (idiotluq). Belə uşaqlarda baş beyin qabığının zədələnməsi bir sira mərkəzləri ehəte etdiyindən onlarda bəzən elə hallarla rastlaşırıq ki, əqli cəhətdən geri qalan bir şəxs öz sosial inkişafına görə tipik olan həmyaşlılarından hecdə geri qalmır. Sual olunur: "Əgər insanların sosial inkişafı onun əqli inkişafından asılıdırsa, bu necə olur?". Bu sualın cavabı çox sadədir: Sosial cəhətdən inkişaf etmiş, əqli cəhətdən geri qalan uşaqla mütəxəssis mösgül olub və onun ətrafindakı insanlar məsələnin ciddiliyini başa düşüb problemi tez və müştərək həll etməyə çalışıblar. Bəzən istər tipik, istərsə də əqli cəhətdən geri qalan uşaqın sosial inkişafına elə onun ətrafindakı insanlar mane olur. Bu, ya məsuliyyətsizlikdən, ya da savadsızlıqdan irəli gəlir. Əqli gerilik şifahi ünsiyyət qurmaq, öz qayğısına qalmaq, etrafdaçı insanlarla qarşılıqlı münasibətləri davam etdirmək qabiliyyətləri ilə bağlı əqli məhdudiyyətləri olan hər hansı bir şəxsin funksional xəstəliyidir. Bu məhdudiyyətlər göstərilən diaqnozlu uşaqın adı uşaqlardan fərqli olaraq daha ləng inkişaf etməsinə, onun öy-

cəhətdən geri qalan uşaqlarla iş zamanı istifadə olunan psixoloji metodlar aşağıdakılardır:

İnkişafetdirici oyunlar - bu, uşaqın şəxsiyyət kimi formalşamasına, kollektivdə öz yaşlıları ilə münasibətlərin yaxşılaşmasına istiqamətlənmış xüsusi meşələlər kompleksidir.

Yoga - reabilitasiya üçün digər effektiv metodlardan biridir. Bu tip uşaqlar güclü elastikiyyət sahib olurlar. Yoga üçün lazımlı olan duruş, əyilmə və s. onlar üçün problem deyil. Oynadılardakı elastikiyyət görə yəqən mütəxəssisi onlara xüsusi ehtiyatlılıq yanaşaraq əzələ gücünün artırılmasına, hərəkətlərdəki koordinasiyanın inkişafına, ayaqların gücünə nəzər yetirməlidir. Yəqən dərəcədən istirak etmək, münəqişələrin davasız həll edilməsi və s.)

Kukloterapiya - bu metod sosial həyatda tələb olunan bacarıqların mənimşənilməsi məqsədilə qrup məşələləri zamanı istifadə olunur (başqalarını dinləmək, birgə oyunda iştirak etmək, münəqişələrin öhdəsindən galə bilirlər).

Rəsm çəkmə və nə isə düzəltmə - yazmaq və oxumaq üçün hazırlıq mərhələsi kimi el motorikasını inkişaf etdirir. Məhz incə el motorikasının uşaqın intellektual qabiliyyətlərinin inkişafına təsir etdiyi məlumdur.

Psixoloji nağıl - bu üsul hər bir uşaq üçün tanış olan bir yol, nağıl uydurulması əsasında quşularaq uşaqın emosional vəziyyətinin yaxşılaşdırılmasına istiqamətləndirilir.

Art-terapiya (yəni uşaqın yaradıcı qabiliyyətlərinin aşkar edilməsi) - uşaqın təbiətində olan yaradıcı keyfiyyətləri, istedadı inkişaf etdirən üsludur.

Əqli cəhətdən geri qalan uşaqlarla iş zamanı istifadə olunan qeyri-ənənəvi metodlardan da istifadə olunur ki, bunlardan aşağıdakılardır diqqətə çatdırmaq istəyirik:

Atlar üzərində gəzmək və ya cıdır terapiya. Uşaqlarda hərəki reflekslərin inkişafına həddindən artıq köməklik göstərir. Atın üzərində eyləşməklə uşaq müvəzətinə saxlamağı öyrənir, onda düzgün duruş forması, əzələlər inkişaf edir. Cıdır terapiya üçün xüsusi şərt - yəhərlənməmiş atlar seçiləlidir və nəzarəti olduqca diqqətli olmalıdır. At üzərində gəzinti zamanı bütün əzələlər işə düşür, əzələ tonusu normallaşır. Musiqi seçilməlidir. Bununla aqressiyanın azalmasına, rahatlaşdırmaq və ya əksinə bəzi uşaqlarda ləngimə, hərəkətə məcbur etməyə, tapşırıqlarda rahatlıqla iştirak etməyə nail olmaq olur.

Kanisterapiya - itlərlə müalicə. Xüsusi təlim keçmiş itləri əqli cəhətdən geri qalan uşaq olan evlərə verirlər. Bu, uşaqlarda qayğı bacarıqlarını,

ünsiyyət qurmaq vərdişlərini inkişaf etdirməyə istiqamətlənib.

Delfinoterapiya - delfinlər vasitəsilə müalicə üsuludur. Ultrasəsler vasitəsilə organizmə təsir edən səsler və vibro-akustik dalğalarla həmin uşaq-lara təsir etmək olar. Delfinlər vasitəsilə sinə qəfəsində masa-j nail olmaq olar. Əgər uşaq dəniz heyvanı ilə rahatlıqla ünsiyyət girdi bilirsə, demək psixoemisional sahəyə təsir uğurla baş vermişdir. Uşaqda bunun vasitəsilə motor, sensor sferanı inkişaf etdirmək olar. Uşaqda daha açıq, ünsiyyətcil, yaddaşları, diqqətləri, nitqləri inkişaf etmiş olur.

Qeyd etməyi vacib bilirik ki, belə uşaqlardan bizim də öyrənəcəklərimiz çıxdır.

Bir neçə il bundan əvvəl olimpiya oyunları zamanı belə bir hadisə baş vermişdir. Belə ki, fiziki və əqli cəhətdən geri qalan 9 yarışçı 100 m qaçış üçün start xəttinə gəlir. Başlamاق üçün göstəriş verilir və onlar birlikdə yarışmağa başlayırlar. Yarış başladıqdan az sonra 1 yarışçı yixılır və ağla-maşa başlayır. Qaçan digər 8 yarışçı onun səsinə arxaya çevrilir və onun yixildığını görür. Onlar yarışı dayandırıb geri qayıdlırlar. 8 yarışçı onun qoluna girir və onlar hamısı birlikdə qaçmağa başlayır, finiş də birlikdə çatırlar. Yarışı izləyənlər onları ayaq üstə saatlarla alqışlayırlar.

Bu hadisə onu göstərir ki, bu uşaqlar çox həssas olurlar, insana gec öyrəşdikləri kimi, öyrəşdikdən sonra ondan əzaqlaşmaları da çətin olur.

Yazımı dövriyin görkəmi filosofu, müəllimi Aristotelin sözü ilə bitirmək istərdim: "Adı müəllim danişir, yaxşı müəllim göstərir, əla müəllim başa salır, dahi müəllimsə ruhlandırır".

Xumar QAFAROVA,
Bakıdakı 11 nömrəli xüsusi
məktəbin loqopedi,
qabaqcıl təhsil işçisi