

Psixososial dəstəyin göstərilməsində müasir yanaşmalar



Bu gün gündəlik həyatımızda tez-tez istifadə olunan “psixososial dəstək” ifadəsi cəmiyyətin bütün üzvləri tərəfindən eyni qarşılanmır. Bəs psixososial dəstək nədir? Psixososial sözünün hərfi mənasına nəzər yetirsək, “psixo” insanın daxili dünyası, yəni düşüncə, hiss və emosiyalarına istinad etdiyi halda, “sosial” onun xarici dünyası və ətrafındakılarla qurduğu münasibətlərlə əlaqədardır. Ümumilikdə isə “psixososial dəstək” termini ədəbiyyatlarda psixososial rifahı qorumaq və ya təşviq etmək, eyni zamanda, böhran şəraitində insanların əqli pozuntularının qarşısını almaq məqsədi daşıyan istənilən daxili və ya xarici dəstəyi ifadə edir (IASC, 2007).

⇒Ardı səh.12

Azərbaycan müəllimi.-2023.-3 mart.- S.1; 12.

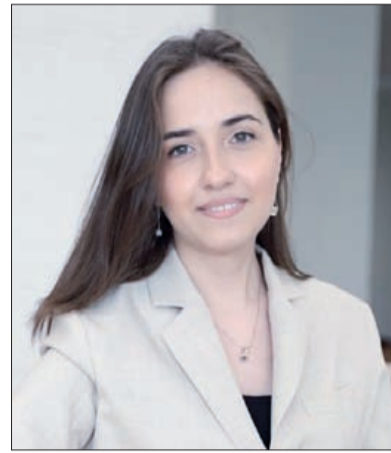
dəstəyin göstərilməsində müasir yanaşmalar



İlahə TAĞIYEVA,

Təhsil İnstitutunun Şagird nailiyyətlərinin qiymətləndirilməsi şöbəsinin müdiri

Dünya ölkələrinin təcrübəsi, Azərbaycanda həyata keçirilən layihələr



Şahənə MƏMMƏDLİ,

Təhsil İnstitutunun Şagird nailiyyətlərinin qiymətləndirilməsi şöbəsinin müxtəssisi

◀ Əvvəli səh.1

Təqdim olunan məqalədə istər sabit, istərsə də böhran vəziyyətlərində insanlara, xüsusilə müəllim, psixoloq, şagird və valideynlərə psixososial dəstəyin göstərilməsinin əhəmiyyəti araşdırılmışdır. Bununla yanaşı, psixososial dəstəklə bağlı ayrı-ayrı dünya ölkələrində baş tutan uğurlu layihələrin təcrübələrindən yararlanmaqla Azərbaycanda bu istiqamətdə həyata keçirilən işlər barədə ətraflı məlumat verilməmişdir.

Dünyada baş verən təbii fəlakət, pandemiya, müharibələr insanlar arasında psixoloji gərginliyə səbəb olur. Bu gərginlik şəxsiyyətlər arasında münasibətlərin pozulmasına, ailədaxili münasibətlərin artmasına, uşaq və yeniyetmələrdə stressin, qorxunun dərinləşməsinə gətirib çıxarır. Sadalanan problemlərdən aradan qaldırılması üçün ehtiyaca uyğun psixososial dəstəyin göstərilməsi araşdırmalara görə uğurlu çıxış yoludur. Münasibətlərin təsirinə məruz qalan şagirdlərin stres və gərginlikdən xilas olmasında müəllimlər əvəzsiz rola malikdir (Dhital və b., 2019). Buna görə də fəvqəladə hallarda bütün təhsil işçiləri münasibətlərin psixososial rifaha təsiri haqqında maarifləndirilməlidir. Həmçinin nəzərə almaq lazımdır ki, təbii fəlakətdən sonra pedaqoqların özlərinin də fiziki və psixososial dəstəyə ehtiyacı yaranır. Bu istiqamətdə dünya təhsil sistemləri fərqli yanaşmalar təqdim edir.

Belə ki, Çində əqli sağlamlığa dair aparılan milli tədqiqatın nəticələrinə görə, demək olar, yeniyetmələrin 25%-i yüngül və ya ağır depressiyaya məruz qalır. Başqa sözlə, 17 yaşından kiçik ən azı 30 milyon uşaq və yeniyetmə emosional və davranış pozuntusu problemləri ilə üzləşir. Şübhəsiz ki, COVID-19 pandemiyası da yeniyetmə və gənclər arasında təhsil və karyera barədə narahatlıqların böyüməsinə səbəb olmuşdur (UNICEF a, 2022). Pandemiyadan sonra uşaqlarda müşahidə olunan psixoloji gərginliyin aradan qaldırılması məqsədilə UNICEF Çin Xalq Respublikasının Təhsil Nazirliyi ilə əməkdaşlıq çərçivəsində “Sosial və emosional öyrənmə” adlı layihə həyata keçirməyə başlamışdır. Layihə şagirdyönümlü tədris və öyrənmə mühitini, məktəb idarəçiliyini, məktəb-aile əməkdaşlığını dəstəkləməklə məktəbdaxili mədə-

niyyəti yaxşılaşdırmağa yönəlmişdir. Sözügedən layihə Çin 11 əyalətinin 625 məktəbində həyata keçirilmişdir. Layihə çərçivəsində müxtəlif fəvqəladə halların zərərli təsirlərini minimuma endirmək məqsədilə şagirdlərdə sosial-emosional bacarıqlar formalaşdırılmış, sosial-emosional öyrənməni təşviq edən çərçivə sənədi, təlimçilər üçün vəsaitlər, pedaqoji dəstək daxil olmaqla əlavə resurslar işlənilib hazırlanmışdır. Layihənin yekun nəticəsi olaraq 2020-ci il boyunca 250 ibtidai məktəbdə 129.223 şagird, 7.187 müəllim layihədən faydalanmışdır (UNICEF b, 2022).

Digər bir nümunə təbii fəlakətlər nəticəsində evlərini itirmiş, təhsildən yayınmış, zehni sağlamlığı və psixososial rifahı əhəmiyyətli dərəcədə zərər görmüş hindistanlı uşaqlardır. Şagirdlərin müdafiəsini təmin etmək və onlara psixososial dəstək göstərmək məqsədilə Hindistan Qızıl Xaç Cəmiyyəti tərəfindən məktəbasanlı proqram keçirilməyə başlanmışdır. Proqram aşağıdakıları hədəfləmişdir (Bhadra, 2016):

- * Psixososial dəstək fəaliyyətləri vasitəsilə sunamidən zərər görmüş uşaqlar arasında stressə dayanıqlılığın təmin edilməsi;
- * Uşaqların sosial rifahının yüksəldilməsi;
- * Təhlükəsiz məktəb mühitinin yaradılması.

Yuxarıda verilən məqsədlər əsasında proqramın fəaliyyətləri qurulmuş və bu prosesdə uşaqlarla birgə işləmələri üçün müəllimlərdə müvafiq bilik və bacarıqların aşılanması əsas addım olmuşdur. Proqramda yer alan təlimlər iki mərhələdə həyata keçirilmişdir. İlk mərhələdə təlim proqramına psixososial dəstək və sağlamlıq yönümlü həlləri özündə cəmləşdirən modullar əlavə edilmişdir. Psixososial modula fərqli üsullardan istifadə etməklə uşaqlarla əməkdaşlıq, müsbət vərdişlərin inkişafı və şagirdlərin dərslərdə irəliləməsi üçün effektiv bacarıqların aşılanması daxil olmuşdur. Sağlamlıq modulunda isə gigiyena qaydalarının təşviqi, ilkin tibbi yardımın göstərilməsi, müxtəlif yoluxucu xəstəliklərə dair maarifləndirmənin aparılması mövzuları əhatə edilmişdir. Proqramın təhsilverənlər üçün nəzərdə tutulmuş ikinci mərhələsində müəllimlər təbii fəlakətlərə hazırlıq strategiyaları, təhlükə və risklərə hədəflənən təhlükəsiz məktəb mövzu-

sunda təlimə cəlb olunmuşlar. Təlimçilər üçün hazırlanmış vəsaitlər ümumi təhsilin bütün səviyyələrində təhsil alan şagirdlər üçün fərqli fəaliyyət məqsədlərini özündə ehtiva etmişdir. Təlimlərdən yararlanmış müəllimlər sunamidən sonra şagirdlərdə yaranan qorxunu azaltmaq və dərslərə maraq artırmaq üçün psixososial dəstək əsaslı fəaliyyətlər həyata keçirməyə başlamışlar. Fəaliyyətlər əsasən “komanda gücü yarat”, “ailəni dəstəklə”, “dostuna kömək et”, “inkişaf et və arzunu gerçəkləşdir” və “yaxşı oxu” ideyaları üzərində tərtib olunmuşdur.

Məktəblilər arasında sosial-emosional rifahın aşağı olması və davamlı depressiya, intihar hallarının artması da istisna etmir. Bu istiqamətdə həyata keçirilən tədbirlərin hədəfi məktəbliləri intihara sövq edən halları aradan qaldırmaqla yanaşı, təhlükəsiz həyata keçirmək və ailəsində, yaxınlarında intihar hadisələrinə şahidlik edən uşaqların dərin sarsıntı, kədər, qorxu hissələrini azaltmaqdır (Mission Australia, 2017). Bu məqsədlə, 2017-ci ildə Avstraliyada aparılan sorğularda Kesler 6 qiymətləndirmə vasitəsindən istifadə etməklə gənclərin ümumi rifahı araşdırılmışdır. Sorğuda iştirak edənlərin cavablarına əsasən məlum olmuşdur ki, Avstraliyanın yerli əhalisinin təxminən 31,3%-i stressdən əziyyət çəkir. Sorğunun nəticələrinə görə, Avstraliya hökumətinin təşəbbüsü ilə gənclərin psixo-emosional gərginliyini azaltmaq üçün silsilə tədbirlərin həyata keçirilməsinə başlanılmışdır. Belə tədbirlərdən biri IV-VI siniflərdə oxuyan şagirdlərin cəlb olunduğu “Qalanqın hədiyyəsi” (Gift of Gallang) layihəsi olmuşdur. Layihə çərçivəsində şagirdlərdə sosial-emosional rifahın gücləndirilməsini dəstəkləyən strategiyalar həyata keçirilmişdir. Layihənin effektivliyini ölçmək üçün Missiya Avstraliya təşkilatı tərəfindən ilkin qiymətləndirmə aparılmış və müsbət nəticələr müşahidə olunmuşdur.

Uzunsürən böhran şəraitində fəaliyyət göstərmək olduqca stressli və emosional cəhətdən çətinidir. Bir çox hallarda şagirdlərlə yanaşı müəllimlər də eyni sıxıntıya məruz qalırlar. Burdell və b. (2015) tərəfindən araşdırılan tədqiqatlarla görə, qeyri-hökumət təşkilatlarının həyata keçirdiyi müəllimlərdə stress və gərginliyin azaldılmasına yönələn

təlimçilərin təlimi göstərmişdir ki, müəllimlərin də daimi peşəkar dəstək və konsultasiyaya ehtiyacı var. Müəllimlərə dəstək məqsədilə keçirilən psixososial təlimlərin azlığı onların rifahına birbaşa təsir edən faktorlardan biri hesab olunur. Uşaqların digər sosial mühitlərlə yanaşı sinifdə daha çox vaxt keçirdiklərini nəzərə alsaq, müəllimlər arasında sosial-emosional bacarıqların inkişaf etdirilməsinə dair intensiv işin aparılması vacibdir. Bu məqsədlə, 2017-ci ildə ABŞ-ın Texas ştatının Hyuston şəhərində baş vermiş qasırğadan zərər görmüş məktəblərdə ilkin psixoloji yardım layihəsinin icrasına başlanmışdır. Layihə çərçivəsində qasırğadan ağır zərər çəkmiş məktəb və şagirdlərin sayı müəyyən olunmuş, növbəti addım olaraq, 60-dan çox təlimçini əhatə edən psixososial dəstək və travma diaqnozuna yönələn kaskad təlim yanaşması işlənilib hazırlanmışdır. Sosial-iqtisadi cəhətdən əlverişsiz məktəblərdə fəaliyyət göstərən 6500 təhsil işçisi təlimlərə cəlb edilmişdir. Təlimdən yararlanan pedaqoqlar da öz növbəsində stress, sarsıntı və kəskin travmaya məruz qalan 80.000-nə qədər şagirdə bu istiqamətdə dəstək olmuşdur.

Gördüyümüz kimi, yuxarıda bəhs edilən məktəbasanlı dəstək proqramları bir müddət sonra həm müəllimlər, həm də şagirdlərin psixoloji durumunda müsbət dəyişikliklərə yol açmışdır. UNESCO, ICRC və IIEP təşkilatları tərəfindən təqdim olunan hesabatlarla görə, fəvqəladə vəziyyətlərdə yaşanan stressli hadisələrin psixoloji təsirinə həllində və uşaqlara psixososial dəstək göstərilməsində məktəb əsaslı proqramların təbii əhəmiyyətli və uğurludur. Lakin psixoloji təsire məruz qalmış ərazilərdə məktəblərin peşəkar məsləhət və psixoloji dəstək xidmətləri sahəsində təcrübəsi və potensialı məhduddur. Bunları nəzərə alaraq, Azərbaycan Respublikasının Təhsil İnstitutu Azərbaycan Respublikası Elm və Təhsil Nazirliyi və UNICEF ilə birgə COVID-19 pandemiyası və 27 sentyabr - 10 noyabr 2020-ci il tarixlərində baş verən II Qarabağ müharibəsindən təsirlənən uşaqlara və yeniyetmələrə psixososial dəstək göstərmək məqsədilə 2021-2022-ci illərdə cəbhəyanı bölgələrdə “Fəvqəladə vəziyyət şəraitində uşaqlara və yeniyetmələrə məktəb əsaslı psixososial dəstəyin gös-

tərilməsi” adlı layihə həyata keçirilmişdir. Layihə çərçivəsində müəllimlər “Əsas sosial-emosional bacarıqların inkişafı”, məktəb psixoloqları isə “Böhran vəziyyətində ilkin psixoloji yardım bacarıqları” adlı proqramlar üzrə hibrid formada keçirilən təlimlərə cəlb olunmuşdur.

Sözügedən layihədə COVID-19 pandemiyası və II Qarabağ müharibəsinin zərərli təsirlərini azaltmaq məqsədilə 6000-dən çox müəllim, 500-dən çox məktəb psixoloqu, 32000-ə qədər uşaq və yeniyetmə faydalanmışdır. Əlavə olaraq 226 müəllim və 2318 şagird “Əsas Həyat Bacarıqları” mövzusunda maarifləndirilmiş, 1025 valideynə vebinar keçirilmişdir. Pilot layihə olaraq başlayan “Əsas Həyat Bacarıqları” proqramının əsas məqsədi silsilə təlimlər vasitəsilə cəbhə bölgələrində təhsil alan yeniyetmələrin gündünlük həyatda rastlaşdıqları çətinlikləri aradan qaldırmaq üçün bir sıra bacarıqlara yiyələnməsinə dəstək vermək olmuşdur. Burada UNICEF tərəfindən zehni sağlamlıqları və psixososial rifahı dəstəkləmək üçün hazırlanmış “Əsas Fəaliyyət Bacarıqları” proqramı nəzərdən keçirilmiş və yeniyetmələrdə “Stressin idarə olunması”, “Emosiyaların tənzimlənməsi”, “Sağlam özünü qiymətləndirmə”, “Fəal dinləmə”, “Empatiya”, “Dayanaqlıq” kimi bacarıqların öyrədilməsi, inkişaf etdirilməsi və tətbiqi üzrə BLS proqramına əsaslanan və uyğunlaşdırılan təlim proqramı və materialları hazırlanmışdır.

Layihə çərçivəsində məktəb psixoloqlarını və təhsilverənləri münasibətlərin psixososial təsiri haqqında əsas anlayışlar ilə məlumatlandırmaqla yanaşı, onlara nəzəri bilik və praktiki bacarıqlar öyrədilmişdir. Eyni zamanda, peşəkarlıq səviyyələri layihə nəticəsində təkmilləşən təhsil işçiləri uşaq və yeniyetmələri, o cümlədən valideynləri stressin idarə olunması, emosiyaların tənzimlənməsi, sağlam özünü qiymətləndirmə, fəal dinləmə, empatiya və dayanıqlıq kimi müvafiq bacarıqlara yiyələndirmişdirlər.

Fəvqəladə vəziyyətlərdə, xüsusilə hazırda dünya əhalisini psixososial gərginlikdə saxlayan COVID-19 pandemiyasının, xəstəliklərin tüğyan etdiyi dövrdə uşaq və yeniyetmələrin stresslə mübarizə strategiyaları hələ tam inkişaf etmədiyindən sosial-emosional və əsas həyat bacarıqlarını formalaşdıran təlim proqramlarının hazırlanması davamlı həyata keçirilməsi xüsusilə aktualdır. Bu məqsədlə, ölkəmizin ümumi təhsil müəssisələrində məqalədə adı gedən layihələrdə təbii olunan metodikalardan istifadə edilən təcrübələrdən faydalanmaqla ehtiyaca görə təlim paketləri hazırlana bilər. Xüsusilə, uşaq və yeniyetmələrlə

- * özünüdərk etmə
- * özünüidareetmə
- * sosial dərk etmə
- * sosial idarəetmə
- * məsuliyyətli qərarvermə

kimi müvafiq bacarıqların formalaşması istiqamətində mövzuları əhatə edən fəaliyyətlərin təlim proqramlarında yer alması vacib hesab edilir. Layihə nəticələrinə əsasən, belə proqramlar çərçivəsində təlimlərdə iştirak edən uşaqlarda qərar qəbul etmə, problemləri həll etmə, təhqidi və yaradıcı tərzdə düşünmək, effektiv ünsiyyət yaratmaq, sağlam münasibətlər qurmaq, başqalarına empatiya ilə yanaşmaq, eyni zamanda öz həyatı ilə məşğul olmaq və həyatını sağlam və məhsuldar şəkildə idarə etmək bacarıqlarının inkişafı müşahidə olunur. Məqalə boyunca istinad etdiyimiz tədqiqatlar da göstərir ki, məktəbasanlı dəstək proqramları uğurlu nəticələr göstərməyinə baxmayaraq çox az kütləyə çatmaqla qısa müddət davam edir. Sözügedən layihələrin davamlılığını təmin etmək və daha çox insanın faydalanmağına nail olmaq üçün müxtəlif hökumət və qeyri-hökumət təşkilatları və təhsil ocaqları ilə mütəmadi əməkdaşlıqlar edilməlidir.