KO‘RISHDA NUQSONI BO‘LGAN YOSHLAR PSIXOLOGIK YORDAM YORDAM KO‘RSATISH VA ULARNING IJTIMOIY MOSLASHUVINI TA’MINLASH

NURMUHAMMADOVA MUBINA

Sharq Universiteti 2-kurs talabasi

e-mail: mubinanurmuxammadova@gmail.com

Kirish

Ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan o‘smirlar – jamiyatning alohida e’tibor, qo‘shimcha imkoniyatlar, zamonaviy inklyuziv ta’lim va moslashtirilgan texnikalarga ko‘proq ehtiyoj sezadigan ma’lum bir qatlami hisoblanadi.

Bugungi kunda davlatimiz rahbari Sh. Mirziyoyevning tashabbusi hamda «Imkoniyati Cheklanganlar Jamiyati « shu jumladan, Ijtimoiy himoya resurslarining olib borayotgan faoliyati jamiyatimizda ushbu qatlam vakillarining aqliy hamda jismoniy ortda qolishi hamda psixologik jihatdan ruhan yolg‘izlanishini oldini olmoqda, bu sa’y-harakatlarda tashkilot ishchilari bilan birgalikda psixologlarning ham hissasi katta desak mubolag‘a bo‘lmaydi.

Kalit so‘zlar: Ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan yoshlar, Psixologik yordam, Ijtimoiy moslashuv, Inklyuziv ta’lim, Tiflopsixologiya, Kompensatsiya mexanizmi, Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, Art-terapiya, Reabilitatsiya, Tiflotexnika.

Keywords: Visually impaired youth, Psychological support, Social adaptation

Inclusive education, Typhlopsychology, Compensation mechanism, Cognitive-behavioral therapy (CBT), Art therapy, Rehabilitation, Assistive technologies (Typhlotechnology).

Bugungi kunda jamiyatda inklyuziv muhitni yaratish va imkoniyati cheklangan shaxslarni ijtimoiy hayotga moslashtirish eng muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Xususan, ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan yoshlar ijtimoiy to‘siqlar bilan bir qatorda chuqur emotsional hamda psixologik qiyinchiliklarga duch kelishadi. O‘smirlik va yoshlik davri o‘z holatida shaxsiy identifikatsiya hamda kelajakni belgilash davri bo‘lgani sababli, ko‘rish imkoniyati cheklangan yoshlarda o‘ziga bo‘lgan ishonchsizlik, xavotir, ijtimoiy izolyatsiyaga chekinish va depressiyaga moyillik yuqori bo‘ladi.

Tiflopsixologiya ilmining ko‘rsatishicha, ko‘rish qobiliyatining yo‘qolishi yoki cheklanishi inson psixikasida «kompensatsiya» (o‘rnini qoplash) mexanizmini ishga tushiradi. Yoki boshqacha aytganda, eshitish, ushlab sezish (taktil) va hid bilish tuyg‘ulari orqali atrof-muhitni idrok etish ortadi.

Biroq bu moslashuv tabiiy va avtomatik ravishda kechmaydi, bunda psixologik ko‘mak asosiy yo‘naltiruvchi kuch vazifasini o‘taydi.

VMQ-341-son qaroriga muvofiq nogironligi bo‘lgan yoshlarni kasb-hunarga o‘rgatish, ularning IT va xorijiy tillarni o‘rganishi hamda madaniy obyektlarga sayohatlar tashkil etiladi. (lex.uz)

Adliya vazirligining uslubiy qo‘llanmasi va tegishli tartiblarga ko‘ra, nogironligi bo‘lgan yoshlarning ta’lim olishi, yashash hamda transport xarajatlari uchun subsidiyalar ajratiladi. (lex.uz)

O‘zbekiston Respublikasining «Nogironligi bo‘lgan shaxslarning huquqlari to‘g‘risida»gi Qonuni va O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Ijtimoiy himoya milliy agentligi tomonidan taqdim etilayotgan tiflotexnika hamda reabilitatsiya vositalari (masalan, raqamli ovozli moslamalar, ekran o‘qish dasturlari va maxsus kompyuter texnikalari) o‘smirlarning zamonaviy ta’lim va axborot olish imkoniyatlarini kafolatlaydi.

Asosiy qism)

Ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan o‘smirlarga o‘z vaqtida va tizimli psixologik yordam ko‘rsatish ularni ijtimoiy moslashuvini tezlashtiradi, ichki potensialini yuzaga chiqaradi hamda jamiyatning to‘laqonli a’zosiga aylanishiga zamin yaratadi.

Ushbu muammolarning psixologik tahlil va faktlari haqicha qisqacha:

Ko‘rish a’zosining jarohatlanishi yoki tug‘ma nuqsonlar insonning atrof-muhit haqidagi axborotni qabul qilish imkoniyatini 80% – 90% ga cheklashi mumkin. Ushbu holat ruhiyatda bir qancha muammolarni keltirib chiqaradi, ulardan eng dolzarbi quyidagilar:

Xavotirlaning va emotsional beqarorlik- Tashqi dunyoni to‘liq ko‘ra olmaslik doimiy xavf hissiyotini va kelajakka bo‘lgan noaniqlikni tug‘diradi.

Ijtimoiy izolyatsiya- tengdoshlar bilan muloqot qilishdagi qiyinchiliklar va jamiyatdagi stereotiplar sababli yoshlar o‘z qobig‘iga o‘ralib qolishadi.

Ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan o‘smirlar bilan ishlashda kompleks psixologik yondashuv qo‘l keladi.

Kognitiv xulq-atvor terapiyasi- yoshlardagi salbiy fikrlarni ijobiy fikrlarga o‘zgartirishda yordam beradi.

Art-terapiya va musiqa terapiyasi- so‘z bilan ifodalash qiyin bo‘lgan emotsiyalarni va ichki kechinmalarni boshqa tuyg‘ular (eshitish, ushlab ko‘rish) orqali chiqarish orqali ruhiy yengillik beradi.

Ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish va treninglar- guruhli psixologik treninglar orqali o‘smirlarda muloqotga kirishish, o‘z huquqlarini himoya qilish ko‘nikmalarini shakllantiradi.

Taktil va sensormotor korreksiya- "Brayl alifbosi" va taktil xaritalardan erkin foydalanish hamda fazoviy orientatsiya (makonda harakatlanish) bo‘yicha psixologik va jismoniy tayyorgarlikni oshirish.

Fazoda mustaqil harakatlana olish o‘smirlardagi ichki xavotirni keskin kamaytiradi.

Guruhli va tahliliy self-help (o‘z-o‘ziga yordam) mashg‘ulotlari- bir xil ehtiyojga ega bo‘lgan o‘smirlarni kichik guruhlarga biriktirib, tajriba va emotsiyalar bilan o‘rtoqlashish orqali "men yolg‘iz emasman" degan ruhiy tayanch hissini uyg‘otish.

Ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan o‘smirlarga psixologik yordam ko‘rsatish – bu shunchaki ularga emotsional dalda berish bilan cheklanadigan jarayon emas, balki ularning hayot sifatini tubdan yaxshilash, ijtimoiy-psixologik

reabilitatsiyasini ta’minlash va shaxsiy salohiyatini to‘liq yuzaga chiqarishga qaratilgan kompleks va tizimli faoliyatdir.

Tadqiqot va tahlillar shuni ko‘rsatadiki, ko‘rish imkoniyati cheklangan o‘smirlarda uchraydigan xavotirlanish, o‘ziga nisbatan ishonchsizlik hamda ijtimoiy izolyatsiya kabi muammolar vaqtida yoki orttirilgan jismoniy holatning to‘g‘ridan-to‘g‘ri oqibati bo‘lmay, aksincha, moslashgan muhitning yetishmasligi va psixologik qo‘llab-quvvatlashning yetarsizligidan kelib chiqadi.

Biz kelajakda rivojlangan davlat qurish uchun bugun poydevor yaratar ekanmiz Ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan tengdoshlarimizga do‘stona yordam ko‘rsatimiz, ularni qo‘llab quvvatlash hamda yolg‘iz qo‘ymasligimiz zarur. Ularning o‘sib borayotgan biroq to‘liq shakllanmagan iqtidorlari va qobilyatlariga nafaqat oila a’zolar va yaqinlari balki jamiyat ham befarq bo‘lmasligi davlatimiz rahbari ularni doim qo‘llab quvvatlashi ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan o‘smirlarda bu yotug‘ dunyoni mana shunday tinch va osoyishta mamlakatimizni nafaqat bir juft ko‘zlari bilan balki qalb ko‘zi bilan ko‘rishga, butun tana a’zolari bilan his etishda yordam bermoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasining 2020-yil 15-oktabrdagi O‘RQ-641-sonli «Nogironligi bo‘lgan shaxslarning huquqlari to‘g‘risida»gi Qonuni. – https://lex.uz/docs/-5049511

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 13-oktabrdagi PQ-4860-sonli «Alohida ta’lim ehtiyojlari bo‘lgan bolalarga ta’lim-tarbiya berish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi qarori. – https://lex.uz/acts/-5044711

3. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022-yil 21-iyundagi 341-sonli «Nogironligi bo‘lgan yoshlarni ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash bo‘yicha davlat xizmatlarini ko‘rsatishning ma’muriy reglamentlarini tasdiqlash to‘g‘risida»gi qarori. – https://lex.uz/uz/acts/-6076304

4. O‘zbekiston Respublikasi. «Ta’lim to‘g‘risida»gi Qonun, 2020-yil 23-sentabr, O‘RQ-637-son. – https://lex.uz/docs/-5013007