

Azərbaycanda məktəbəsəli psixososial dəstək proqramı

Böhran vəziyyətlərin və fəvqəladə halların uşaq və yeniyetmələrin psixososial rifahına və inkişafına əhəmiyyətli təsiri geniş şəkildə qəbul edilmişdir. Münaqişənin və fəvqəladə halların bilavasitə təhlükələri mövcud olmadıqda belə, Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı tərəfindən aparılan çoxsaylı tədqiqatlar göstərir ki, uşaqların yaşadıkları təcrübələr (təhlükəsizlik, zorakılığa məruz qalma, ailə üzvlərinin və dostlarının itirilməsi və ya onlardan ayrılması, həmçinin əsas xidmətlərə çıxış məhdudluğu və s.) onlarda qısa və uzunmüddətli psixoloji izlər buraxır (WHO, 2017).

Bu əsasda Azərbaycanda 2020-ci ilin 27 sentyabr – 10 noyabr tarixlərində baş verən Dağlıq Qarabağ müharibəsi həmin bölgələrdə yaşayan 594,700 nəfər uşağa təsir etmişdir (UNICEF Azerbaijan, 2020). BMT-nin Uşaq Fondu (UNICEF) tərəfindən aparılmış fəvqəladə vəziyyətlərdə təhsil ehtiyaclarının qiymətləndirilməsi tədqiqatı cəbhə bölgəsindəki hərbi əməliyyatlardan təsirlənən bir çox uşağın müharibə stressi səbəbi ilə psixoloji gərginlik, kəkələmə və davranış problemləri yaratdığını aşkar etmişdir (UNICEF, 2021). Eyni zamanda, Beynəlxalq Qızıl Xaç Komitəsinin müşahidələri göstərmişdir ki, uşaqların həyat sevgisi, dünyanın təhlükəsiz və ədalətli olduğuna inanmaları itmişdir (ICRC, 2021). Ümumiyyətlə, uşaqların depressiya, narahatlıq, sıxıntı, travma sonrası stress pozğunluğu və digər psixoloji problemlərlə üzləşməsi humanitar böhran kontekstində geniş müşahidə edilir. Uşaqların sağlamlığı bu kimi kompleks təsirlərə məruz qaldıqda, formal və ya qeyri-formal təhsilə çıxışın olmaması onların müdafiəsi və rifahı üçün riskləri daha da artırır. Belə ki, Lasater və həmkarları (2022), Mattinqli (2017), həmçinin UNICEF-ə (2016) istinadən, məktəb davamiyyəti normalıq hissini bərpa etməyə kömək olur, həmyaşıdlar və pedaqoqlarla müsbət qarşılıqlı əlaqələr vasitəsilə sosial dəstək və qayğıya ehtiyacı təmin edir və mühüm həyat bacarıqlarının formalaşdırılması üçün imkanlar yaradır. Bu baxımdan, müharibə ilə yanaşı COVID-19 pandemiyası da keçmiş cəbhəyanı bölgələrdə yaşayan uşaqların həyatına mənfi təsirlərini göstərmiş, onların psixoloji travmalarını dərinləşdirmişdir. Müvafiq olaraq, münaqişə və fəvqəladə hallardan təsirlənən əhali içərisində ən həssas qrup olan uşaq və yeniyetmələr

arasında davamlılığın yaradılması, eləcə də onların zehni sağlamlığının və psixososial rifahının qorunması üzrə adekvat addımların atılması üçün zərurət yaranmışdır.

Beynəlxalq mütəxəssislərin tövsiyələrinə əsasən, məktəb əsaslı dəstək proqramları münaqişə və ya fəlakətdən təsirlənən uşaqların və yeniyetmələrin əksəriyyətinin bərpasına kömək edə bilər. Təhsil müəssisələrinin həm öyrənmə məkanı, həm də adətən yeniyetmələr üçün psixi sağlamlıq xidmətlərinin dominant təminatçıları kimi qəbul edildiyini nəzərə alaraq, fəvqəladə vəziyyətlərdə yaşanan stresli hadisələrin psixoloji təsirinin həllində və uşaqlara psixososial dəstək göstərilməsində məktəb əsaslı psixososial dəstək proqramlarının əhəmiyyəti və müvəffəqiyyəti yüksək qiymətləndirilir (Baker və b., 2006; INEE, 2018; Lasater və b., 2022; Mattingly, 2017; Schanding və Nowell, 2013; UNICEF, 2016). Sözügedən proqramlar uşaq və yeniyetmələri stresli hadisələrin və vəziyyətlərin mənfi təsirlərini minimuma endirməyə, mübarizə qabiliyyətlərini gücləndirməyə, ünsiyyəti yaxşılaşdırmağa, sosial-emosional bacarıqlarını artırmağa, öz emosiyalarını daha yaxşı başa düşməyə, idarə etməyə və daha çox mənlilik hissini inkişaf etdirməyə, travmatik simptomları azaltmağa və itki, qorxu, stresin öhdəsindən gəlməyə kömək olacaq bilik və bacarıqlarla təmin edir.

Bu səbəblə, 2021 və 2022-ci illərdə Azərbaycan Respublikası Təhsil Nazirliyi və UNICEF ilə birgə Azərbaycan Respublikasının Təhsil İnstitutu (ARTİ) tərəfindən “Fəvqəladə vəziyyət şəraitində uşaqlara və yeniyetmələrə məktəb əsaslı psixososial dəstəyin göstərilməsi” adlı layihə həyata keçirilmişdir. Layihənin əsas məqsədi ölkənin təsirə məruz qalmış bölgələrində məktəblərin psixoloji dəstək xidmətləri sahəsindəki potensialını gücləndirmək, məktəb heyətini və təhsilverənləri münaqişənin psixososial təsiri haqqında əsas anlayışlar barədə məlumatlandırmaq və onların bu istiqamətdə peşəkar inkişafını təmin etmək olmuşdur. Layihə çərçivəsində Gəncə və Naftalan şəhərləri, Ağdam, Ağcabədi, Bərdə, Füzuli, Goranboy, Tərtər və Tovuz rayonlarında fəaliyyət göstərən müəllimlər “Əsas sosial-emosional bacarıqların inkişafı”, məktəb psixoloqları isə “Böhran vəziyyətdə məktəbdə ilkin psixoloji yardım bacarıqları” adlı proqramlar üzrə müvafiq təlimlərə cəlb edilmişdir.

Böhran vəziyyətin həyəcanlı anlarını yaşayan şagirdə müəllim necə kömək ola bilər? Bir çox ölkələrdə aparılan tədqiqatlar göstərir ki, müəllimlərin sosial və emosional bilik

və bacarıqları uşaqların psixososial vəziyyətinə müsbət dərəcədə təsir göstərmiş və onların psixoloji sağlamlığının təşviqinə müdaxiləni effektiv şəkildə həyata keçirə bilmişdir (Dhital və b., 2019; Mattingly, 2017; UNICEF, 2016; Vranda, 2015). Belə ki, müvafiq sahədə təlimləndirilmiş müəllimlər psixososial məsələləri pedaqogika, dərsin planlaşdırılması və sinif idarəçiliyinə inteqrasiya edərək, şagirdlərin psixoloji rifahının yaxşılaşdırılmasına səbəb olur.

Bu baxımdan, ARTİ tərəfindən uşaqlar və yeniyetmələrə psixososial dəstəyin göstərilməsinə dair müəllimlər üçün hazırlanmış "Əsas sosial-emosional bacarıqların inkişafı" adlı təlim proqramında stresin mənfi təsirini aradan qaldırmağın və stressi idarə etməyin mümkün yolları, sosial-emosional öyrənmə və psixoloji məmnunluğu dəyərləndirmənin əsasları, uşaqlarda şəxsiyyətdaxili və şəxsiyyətlərarası bacarıqların inkişaf etdirilməsi üçün tövsiyələr, dəstəkləyici sinif mühitinin yaradılması üçün strategiyalar kimi mövzular əhatə olunmuşdur. Eyni zamanda, proyektiv testlər, qruplar üçün situasiya tapşırıqları, bədən və tənəffüs meditasiyası, dialoqlar, emosiyaların ifadə oluması, empatiyanın məşq edilməsi, nağıl və art terapiya vasitəsilə sosial-emosional bacarıqların inkişafı və modelləşdirilməsi kimi praktik tapşırıqlar da təlim proqramına daxil edilmişdir. Məqsəd müəllimlərə peşəkar inkişaf təlimi verməklə onların öz səriştələrini və sinif təcrübəsini gücləndirməyə imkan yaratmaq idi. Məlumdur ki, müəllimlər öz bilik və bacarıqlarını artırarsa, şagirdlər də bundan faydalanar. Buna görə "Əsas sosial-emosional bacarıqların inkişafı" adlı təlimlər müəllimlərin dərs mühitində nəzəri və praktik vasitələrdən (oyunlar, tapşırıqlar, qrup və ya fərdi işlər və s.) istifadə edərək şagirdlərin özünüdərk etmə və özünüidarəetmə, məsuliyyətli qərar qəbul etmə, problemlərin öhdəsindən gəlmə, tənqidi və yaradıcı tərzdə düşünmə, effektiv ünsiyyət qurma, sağlam sosial münasibətlər yaratma kimi sahələrdə inkişafına təkan vermişdir.

Uşaq və yeniyetmələrin psixi sağlamlığının inkişafında məktəb psixoloqlarının rolu da danılmazdır. Onlar uşaqların psixososial ehtiyaclarının qarşılınmasında profilaktik yanaşmadan istifadə etməklə hərtərəfli dəstək göstərmək imkanına malikdirlər. Məhz bu səbəbdən, mütəxəssislər tərəfindən məktəb əsaslı dəstək proqramlarına psixoloqların daxil edilməsi və onlarla pedaqoqlar arasında əməkdaşlığın yaradılması məsləhət görülür (Baker və b., 2006; Vranda, 2015). Müvafiq olaraq, adıçəkilən layihə çərçivəsində

hazırlanan “Böhran vəziyyətdə məktəbdə ilkin psixoloji yardım bacarıqları” adlı təlimi proqramı uşaq və yeniyetmələr arasında müxtəlif psixi travmaların aradan qaldırılması üçün məktəb psixoloqlarının şagird, müəllim və valideynlərlə aparacağı maarifləndirmə, böhran vəziyyətlərin profilaktikası və diaqnostikası, ilkin psixoloji yardım texnikaları və böhran vəziyyətlərdə lazım ola biləcək psixoloji qiymətləndirmə metodları üzrə bilik və bacarıqların formalaşdırılmasına istiqamətlənmişdir. Məktəb əsaslı psixoloji xidmət şagirdlərə müsbət davranış modelinin aşılınması, təhsil müəssisəsində təhlükəsiz və sağlam mühitin yaradılması, təhsilənlərin mənəvi-psixoloji sağlamlığının dəstəklənməsi və progressiv inkişafını, habelə səriştələrinin artırılmasını ehtiva edir. Bu əsasda sözügedən təlimlər məktəb psixoloqlarını böhran vəziyyətin və onun izlərinin (itki, ölüm, qorxu və s.) müxtəlif yaş qrupundan olan uşaqlara təsiri (fizioloji, emosional, koqnitiv və sosial), bu təsirin onların davranışında təzahür formalarının müəyyənləşdirilməsi və onların ehtiyaclarının ödənilməsinin təmin olunmasına yönəlmiş kompleks tədbirlərin həyata keçirilməsi üçün lazımi bilik və bacarıqlarla təmin etmişdir.

2021 və 2022-ci illərdə adıçəkilən proqramlar əsasında hibrid formatda təşkil edilən təlimlərdə ümumilikdə 6000-dən çox müəllim və 500-dən çox məktəb psixoloqu iştirak etmişdir. Aparılan mütəmadi monitorinqlər, həmçinin müdavimlər (müəllimlər və məktəb psixoloqları) arasında keçirilən sorğular nəticəsində təlimlərin məktəbdə uşaqların psixologiyasının yaxşılaşdırılması üçün faydalı olacağı düşünülür. Sorğuların müəllim respondentlərinin 97%-i, məktəb psixoloqlarının isə təxminən 98%-i tədris edilən mövzuların onların gələcək fəaliyyətlərinə mühüm dərəcədə təsirinin olduğunu bildirmişlər. Xüsusilə, təlimlər zamanı nəzəri biliklərlə yanaşı, praktik bacarıqların artırılmasına şərait yaradılması və nəzəriyyə və praktika vəhdətinin qurulması yüksək qiymətləndirilmişdir. Belə ki, proses əsnasında keçirilən praktiki oyunlar, testlər, proyektiv metodikalar, dərslərin real həyatla əlaqələndirilməsi, situativ mövzularla bağlı tapşırıqlar, şagirdlərdə ailə rəsminin təhlili, fantastik heyvan rəsmləri, hekayə qurmaq, rollu oyunlar və qrup terapiyası kimi mövzular məktəb psixoloqlarının diqqətini cəlb etdiyi təqdirdə, videoçarxlar, meditasiya proqramları, psixogimnastik çalışmaları, qrup və fərdi tapşırıqlar kimi müxtəlif vasitə və materialların tətbiqi müəllimlər tərəfindən müsbət

dəyərləndirilmişdir. Maraqlı doğuran bir məqam həm müəllimlər, həm də məktəb psixoloqları tərəfindən bənzər təlimlərin davamlı olaraq keçirilməsinin təklif edilməsi idi. Bu, psixososial dəstək sahəsində potensialın gücləndirilməsinə və maarifləndirici tədbirlərin aparılmasına ehtiyac olduğunu bir daha ifadə edir.

Lakin qeyd etmək vacibdir ki, psixososial dəstək yalnız böhran vəziyyətlərdə deyil, sabit dövrlərdə də göstərilməlidir. Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının statistik göstəricilərinə görə, qlobal miqyasda uşaq və yeniyetmələrin təxminən 20%-i psixi sağlamlıq problemlərindən əziyyət çəkir ki, bu daha çox yetkinlik dövründə fiziki, psixoloji və davranış dəyişikliklərinin baş verdiyi zaman müşahidə olunur (WHO, 2017). Mattingliyə (2017) görə, uşaqların və gənclərin sosial və emosional rifahını təşviq etmək üçün məktəb mühiti yaxşılaşdırılmalı, məktəb heyətinə dəstək göstərilməli və şagirdlərin bacarıqları artırılmalıdır. Bu səbəbdən, ümumtəhsil müəssisələrinin təhsilverənlərinin və psixoloqlarının davamlı peşəkar inkişafını təmin etmək məqsədilə "Əsas sosial-emosional bacarıqların inkişafı" və "Böhran vəziyyətdə məktəbdə ilkin psixoloji yardım bacarıqları" adlı təlim proqramlarının sabit vəziyyətlərə uyğunlaşdırılaraq ixtisasartırma proqramı kimi təsdiq edilməsi üçün ARTİ-nin Elmi Şurasına təqdim olunması nəzərdə tutulur. Bu, məktəb əsaslı psixososial dəstək proqramının ölkə miqyasında tətbiqinə və psixososial xidmət əsasında təhsil müəssisələrində dayanıqlığın təmin olunmasına, şagirdlərin psixoloji rifahının qorunmasına imkan verəcəkdir.

Müəlliflər:

Dr. Ülkər Babayeva

Azərbaycan Respublikasının Təhsil İnstitutunun direktor müavini

Nailə Öməröva

Azərbaycan Respublikasının Təhsil İnstitutunun

Layihələrin idarə olunması şöbəsinin müdiri

İstifadə edilmiş ədəbiyyat

1. Baker J.A., Kamphaus R.W., Horne A., Winsor A.P. (2006). Evidence for population-based perspectives on children's behavioral adjustment and needs for service delivery in schools. *School Psychology Review*. Vol. 35. pp. 31– 46.
2. Dhital R., Shibanuma A., Miyaguchi M., Kiriya J., Jimba M. (2019). Effect of psycho-social support by teachers on improving mental health and hope of adolescents in an earthquake-affected district in Nepal: A cluster randomized controlled trial. *PLoS ONE*. 14(10): e0223046.
3. ICRC. (2021). Nagorno-Karabakh Conflict: Lives Stormed by Psychological Suffering <https://www.icrc.org/en/document/nagorno-karabakh-conflict-psychological-suffering>.
4. INEE (Inter-agency Network for Education in Emergencies). (2018). Guidance Note. Psychosocial Support: Facilitating psychological wellbeing and social and emotional learning https://inee.org/sites/default/files/resources/INEE_Guidance_Note_on_Psychosocial_Support_ENG_v2.pdf.
5. Lasater ME., Flemming J., Bourey C., et al. (2022). School-based MHPSS interventions in humanitarian contexts: a realist review. *BMJ Open*. 12:e054856.
6. Mattingly J. (2017). Approaches to providing psycho-social support for children, teachers and other school staff, and social and emotional learning for children in protracted conflict situations. K4D Helpdesk Report. Brighton, UK: Institute of Development Studies.
7. Schanding G., Thomas JR., Nowell Kerri P. (2013). Universal Screening for Emotional and Behavioral Problems: Fitting a Population-Based Model. *Journal of Applied School Psychology*. Vol. 29. pp. 104-119.
8. UNICEF. (2021). Education in Emergencies Needs Assessment.
9. UNICEF Azerbaijan. (2020). School-based Psycho-Social Support to children and adolescents in emergency context. Paper 1.
10. UNICEF. (2016). Education cannot wait: A fund for education in emergencies https://www.unicef.org.uk/wp-content/uploads/2016/05/UnicefEducationCannotWaitBriefing_2016_s.pdf.
11. Vranda M.N. (2015). Promotion of Mental Health and Well-Being of Adolescents in Schools- A NIMHANS Model. *J Psychiatry* 18:303.
12. WHO. (2017). Mental health status of adolescents in South-East Asia: Evidence for action. World Health Organization <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254982/9789290225737>