

AUTIZM SPEKTR BUZILISHIGA EGA BOLALARNI QO‘LLAB- QUVVATLASH: STRATEGIYALAR VA TAJRIBAVIY NATIJALAR

Ubaydullayeva Nargiza Toxirjonovna

Defektolog -logoped

Namangon viloyati Yangiqurg‘on tumani

Hususiy klinika va Logo shohobcha rahbari

+998931788320

Annotatsiya: *Maqolada autizm spektr buzilishi (ASB) bo‘lgan bolalar uchun zamonaviy yondashuvlar, O‘zbekistonda amalga oshirilayotgan innovatsion tashabbuslar va ota-onalar tomonidan qo‘llanilayotgan yetti samarali strategiya nazariy va amaliy asosda yoritilgan.*

Аннотация: *В статье рассматриваются современные подходы к поддержке детей с расстройствами аутистического спектра (РАС), инновационные инициативы в Узбекистане и семь эффективных стратегий, применяемых родителями на практике.*

Abstract: *The article explores modern approaches to supporting children with Autism Spectrum Disorder (ASD), innovative initiatives in Uzbekistan, and seven effective home-based strategies implemented by parents, supported by theoretical and practical evidence.*

Kalit so‘zlar: *Autizm spektr buzilishi, dizontogenez, ABA-terapiya, vizual kommunikatsiya, individual rivojlanish, sensor sezuvchanlik, ota-ona strategiyasi, barqaror tartib.*

So‘nggi yillarda O‘zbekistonda autizm spektr buzilishi (ASB) bo‘lgan bolalarni qo‘llab-quvvatlash borasida bir qator innovatsion tashabbuslar va amaliy loyihalar amalga oshirilmoqda. Xususan, Maktabgacha va maktab ta‘limi vazirligi hamda Sog‘liqni saqlash vazirligi hamkorligida autizmga ega bolalar uchun maxsus pedagogik dasturlar, diagnostika markazlari va ixtisoslashtirilgan ta‘lim muassasalari tashkil etilmoqda. Toshkent, Samarqand va boshqa yirik shaharlarda faoliyat yuritayotgan ixtisoslashtirilgan markazlarda ABA-terapiya (Applied Behavior Analysis ing, amaliy xulq-atvor tahliliga asoslangan terapiya), sensor integratsiyasi va logopedik yondashuvlarga asoslangan individual reabilitatsiya dasturlari joriy qilinmoqda. Shu bilan birga, axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining keng joriy etilishi autizmga ega bolalar bilan muloqotni osonlashtiruvchi mobil ilovalar, vizual rejalashtirish vositalari va masofaviy trening platformalarining yaratilishiga zamin yaratmoqda. Bu kabi innovatsion yondashuvlar O‘zbekistonda autizmga ega bolalarning ijtimoiy moslashuvi va ta‘lim tizimiga integratsiyalashuvini jadallashtirishda muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Autizm — bu asosan erta bolalik davrida namoyon bo‘ladigan, insonning ijtimoiy aloqalari, verbal va neverbal kommunikatsiyasi, shuningdek, xulq-atvori va qiziqish doirasining torayishi bilan xarakterlanuvchi neyropsixik rivojlanishning murakkab va

polimorf buzilishidir. Bu holat birinchi bor 1828-yilda J.M. Itard tomonidan “intellektual mutizm” tushunchasi orqali tavsiflangan bo‘lib, bunda bola nutqining rivojlanmasligi yoki intellektual orqada qolishi asosiy simptom sifatida ko‘rsatilgan. Keyinchalik, 1912-yilda shveysariyalik psixiatr E. Bleuler bu holatni "autizm" deb atab, uni kishining ichki emotsional ehtiyojlari bilan boshqariladigan, real voqelikdan uzilgan fikrlash shakli sifatida ta‘riflagan. [L. R. Mo‘minova, 2015: 7-9]

1943-yilda L. Kanner tomonidan "Erta bolalik autizmi" (early infantile autism) klinik holat sifatida ajratib ko‘rsatildi. U bu holatni shizofreniya spektriga mansub bo‘lgan, ammo o‘ziga xos tarzda nutq va harakat buzilishlari bilan kechadigan mustaqil nosimmetrik sindrom sifatida ta‘rifladi. Xuddi shu davrda G. Asperger (1944) esa, ijtimoiy va kommunikativ qobiliyatlar sustligiga qaramasdan, ayrim kognitiv yoki texnik sohalarda yuqori malakaga ega bo‘lgan bolalarni kuzatib, bu holatni “autik psixopatiya” deb atagan. Asperger sindromiga ega bolalar ko‘pincha IQ darajasi nisbatan yuqori bo‘lishiga qaramay, ijtimoiy jihatdan chekinuvchan va odatiy ijtimoiy signallarga javob bermaydigan bo‘lishi mumkin.

Keyingi tadqiqotchilar — K.S. Lebedinskaya, I.I. Mamaychuk, O.S. Nikolskaya va B.P. Puzanovlar tomonidan autizmni turli aspektlardan o‘rganish davom ettirildi. K.S. Lebedinskaya autizmni tashqi ta‘sirga indifferentlik yoki kuchaygan reaktivlik, real muhitdan uzilish, emotsional javoblarning qarama-qarshiligi bilan tavsifladi. I.I. Mamaychuk esa autizmni rivojlanishning buzilgan shakli — dizontogeneznining klinik varianti sifatida baholab, bunda psixik funksiyalarning nomutanosib rivojlanishi kuzatilishini ta‘kidlagan. O.S. Nikolskaya va B.P. Puzanov esa autizmni insonning tashqi dunyodan uzilib, ichki olamiga berilishi, muloqotdan qochishga moyilligi, ijtimoiy aloqalarga ehtiyojning sezilarli darajada kamayishi sifatida tavsiflashgan.

Hozirgi kunga kelib, autizm spektr buzilishi (ASB) uchun eng zamonaviy va xalqaro darajada tan olingan ta‘rif asosan Amerika Psixiatriya Assotsiatsiyasi tomonidan tayyorlangan DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) va uning yangilangan versiyasi DSM-5-TR (Text Revision, 2022) orqali berilgan. DSM-5/DSM-5-TR bu sohadagi eng ishonchli va keng qo‘llaniladigan klinik mezonlar to‘plami bo‘lib, butun dunyo bo‘ylab shifokorlar, psixologlar, defektologlar va tadqiqotchilar tomonidan asos sifatida ishlatiladi.

Autizm endilikda yagona diagnoz ostida – “autizm spektr buzilishi (ASB)” sifatida beriladi. Ilgari alohida ko‘rilgan Asperger sindromi, bolalikdagi dezintegrativ buzilish va boshqa holatlar bu spektrga birlashtirilgan.

Umuman olganda, autizm — bu neyropsixik rivojlanishning murakkab buzilishi bo‘lib, u har bir shaxsda individual namoyon bo‘ladi. U quyidagi asosiy xususiyatlar bilan xarakterlanadi: muloqotga kirishishdagi qiyinchilik, cheklangan ijtimoiy ko‘nikmalar, takroriy va stereotipik harakatlar, hamda atrof-muhitga bo‘lgan sezuvchanlikdagi o‘ziga xosliklar. Autizm spektr buzilishi bir xil tarzda namoyon bo‘lmaydi, balki har bir shaxsda o‘ziga xos klinik ifodalanishga ega bo‘ladi, bu esa har tomonlama yondashuv va individual rehabilitatsiya strategiyalarini talab etadi. [L. R. Mo‘minova, 2015: 11]

Autizm spektr buzilishiga (ASB) ega bolalarni qo‘llab-quvvatlash ko‘p yo‘nalishli, chuqur tahliliy yondashuvni talab etadi. Bunday bolalarning rivojlanish bosqichlari, kommunikativ ehtiyojlari va sezgirlik xususiyatlari xilma-xil bo‘lgani sababli, ularni samarali qo‘llab-quvvatlashda oilaning roli alohida ahamiyat kasb etadi. So‘nggi yillardagi ilmiy tadqiqotlar erta aralashuv va izchil, individual ehtiyojlarga moslashtirilgan yondashuvlarning autizmga ega bolalarning ijtimoiy va shaxsiy rivojlanishida muhim o‘rin tutishini ko‘rsatmoqda. Shu bois, ota-onalar zamonaviy, ilmiy asoslangan strategiyalar bilan qurollanishi zarur. Quyida keltirilgan yetti muhim strategiya aynan ota-onalarning autizmga ega bolalar bilan uy sharoitida samarali muloqot qilishlari, barqaror muhit yaratishlari hamda bolalarning kundalik ehtiyojlarini mustaqil ravishda bajarish qobiliyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Ushbu yondashuvlar har bir bolaning individual xususiyatlarini inobatga olib, ularning barqaror rivojlanishi va ijtimoiy integratsiyasini ta‘minlashga qaratilgandir.

1. Bolaning kuchli emotsional reaksiyalariga olib keluvchi omillarni aniqlash va ularga e‘tibor qaratish

Autizmga ega bolalarda kuchli reaksiyalar yoki emotsional portlashlar (meltdown) muayyan tashqi yoki ichki omillar ta‘sirida yuzaga kelishi mumkin. Ota-onalar boladagi bunday reaksiyalar oldidan sodir bo‘lgan holatlar va muhitni kuzatib borishlari, bu borada tizimli qaydlar yuritishlari lozim. Ushbu yondashuv orqali boladagi stress chaqiruvchi holatlarni oldindan aniqlash va ularni yumshatish imkoniyati yuzaga keladi.

2. Aniq, ravon va sodda til vositalaridan foydalanish

Autizm spektridagi bolalar tilni ko‘proq literal ma‘noda qabul qiladilar, shuning uchun ko‘p ma‘noli, iborali yoki kinoyali ifodalar tushunmovchilikka olib kelishi mumkin. Bolalarga topshiriq berishda yoki savol yo‘llashda lo‘nda va tushunarli tildan foydalanish kerak. Masalan, “Yordam bera olasanmi?” o‘rniga “Iltimos, bu narsani ko‘tarishda menga yordam ber” kabi aniq ifodalarni tanlash maqsadga muvofiqdir.

3. Barqaror kunlik tartibni shakllantirish va o‘zgarishlarga oldindan tayyorlash

Autizmga ega bolalar uchun kunlik rejaning qat‘iy va aniq bo‘lishi juda muhimdir. Kun davomida bajariladigan ishlar ketma-ketligini ko‘rsatadigan vizual jadvallar yordamida tartibni mustahkamlash mumkin. Kutilmagan o‘zgarishlar (masalan, muallimning yo‘qligi yoki tashrif) haqida bolaga oldindan sodda va tushunarli tarzda axborot berilishi lozim.

4. Alternativ va vizual kommunikatsiya vositalaridan foydalanish

Autizmga ega bolalarda og‘zaki nutq rivojlanish darajasi turlicha bo‘lganligi sababli, ular uchun rasmlil kartochkalar, PECS (Picture Exchange Communication System) tizimi yoki asosiy imo-ishoralar kommunikatsiyaning muqobil shakli bo‘la oladi. Ota-onalar ushbu vositalarni uy sharoitida faol qo‘llab, barcha oilaviy a‘zolar tomonidan bir xil tarzda foydalanilishini ta‘minlashlari lozim.

5. Sensor moslashuvchanlikni inobatga olgan muhit yaratish

Ko‘pchilik autizmga ega bolalar sezuvchanlik darajasi jihatidan o‘ziga xos bo‘ladi (gipersezuvchanlik yoki giposezuvchanlik). Ularning holatini yengillashtirish uchun yumshoq yorug‘lik, shovqindan holi muhit, og‘irlik beruvchi adyollar, bosimli yostiqlar

yoki tinchlantiruvchi fakturalar kabi elementlar qo‘llanilishi mumkin. Bunda bolaning individual sezuvchanlik xususiyatlarini inobatga olish zarur.

6. Hayotiy ko‘nikmalarni bosqichma-bosqich o‘rgatish

Bolaning mustaqil hayot kechirishiga xizmat qiluvchi asosiy ko‘nikmalar (kiyinish, shaxsiy gigiyena, ovqatlanish)ni biryo‘la emas, balki bosqichma-bosqich va ko‘rgazmali yondashuvlar asosida o‘rgatish zarur. Uyda va maktabda bir xil metodik yondashuvni qo‘llash o‘zlashtirish jarayonini sezilarli darajada yengillashtiradi.

7. Har bir bolaning noyobligini tan olish va ijobiy jihatlarini rivojlantirish

Autizm spektridagi har bir bola o‘ziga xosdir. Ota-onalar bolaning qiziqishlari va ijobiy tomonlariga e‘tibor qaratishlari, ularni rag‘batlantirish orqali o‘quv va ijtimoiy faoliyatlarda muvaffaqiyatga erishishlariga ko‘maklashishlari lozim. Bolaning kuchli tomonlari uni yanada mustahkamroq qo‘llab-quvvatlashda samarali vosita bo‘la oladi.

Yuqorida keltirilgan strategiyalar mening shaxsiy hayotiy tajribalarim va ayni paytda ta‘lim olayotgan oliy ta‘lim muassasasida egallayotgan nazariy bilimlarim asosida ishlab chiqilgan. Men 2013-yilda birinchi bor onalik maqomiga ega bo‘ldim. Farzandim AQSHda homiladorlikning 37 hafta 5 kunligida dunyoga keldi. Tug‘ruq jarayoni asoratlarsiz kechgan bo‘lsa-da, 10 kundan so‘ng unda patologik chaqaloq sariqligi (Pathological jaundice) aniqlanib, zudlik bilan zaruriy tibbiy muolajalar o‘tkazildi. Shundan keyin turli qiyinchiliklar ketma-ket yuzaga kela boshladi. Xususan, chaqaloqni to‘g‘ri oziqlantirish eng asosiy muammolardan biriga aylandi va bu holat boshqa sog‘liq muammolariga sabab bo‘ldi. Farzandimda laktaza fermenti yetarli bo‘lmaganligi sababli laktoza intoleransi (sut shakarini hazm qila olmaslik) rivojlandi, natijada oshqozon-ichak disfunktsiyasi, qabziyat va allergik reaksiyalar yuzaga keldi. Davlat tomonidan biriktirilgan tibbiyot xodimi ko‘magida farzandim bir yil davomida maxsus gidrolizlangan sut bilan ta‘minlandi.

Ma‘lum vaqt o‘tgach, farzandim o‘z ismi chaqirilganida reaksiya bildirmayotganini sezib, darhol shifokor ko‘rigiga murojaat qildim. Ko‘rik va audiometriya tekshiruvi natijasida eshitish qobiliyatida muammo aniqlanmadi, biroq dastlabki autizm spektr buzilishi (ASB) tashxisi qo‘yildi. Farzandim 18 oyligidan boshlab 2 yosh 9 oylikka qadar maxsus rivojlantiruvchi markazga muntazam qatnadi va rivojlantiruvchi mashg‘ulotlarda ishtirok etdi.

Bir yarim yil davomida men passiv kuzatuvchi ona sifatida emas, balki faol ishtirokchi sifatida farzandimning individual mashg‘ulotlarida qatnashdim. Oradan ko‘p o‘tmay, men ushbu markazga volontyor sifatida ishga taklif etildim. Markazda ASB tashxisidan tashqari boshqa rivojlanish buzilishlariga ega bo‘lgan bolalar bilan ham muloqot qildim va ularning ba‘zi mashg‘ulotlarida ishtirok etdim. Darslar jadval asosida tashkil etilib, kichik yoshdagi bolalar guruhida quyidagi terapiya turlari qo‘llanildi:

- ertak terapiyasi;
- art terapiyasi;
- musiqa terapiyasi;
- nutq terapiyasi;
- ergoterapiya.

Farzandim 3 yoshga to‘lgandan so‘ng umumiy amaliyot vrachi (GP — General Practitioner) bizga ABA terapiya (Amaliy xulq-atvor tahliliga asoslangan terapiya)ni tavsiya qildi va u haftasiga 5 kun, har kuni 3 soatdan maxsus ABA mutaxassisi bilan shug‘ullandi.

Usha paytdan buyon men autizm spektr buzilishiga ega bo‘lgan farzandimning rivojlanishida Amerikalik mutaxassislardan o‘rgangan mashg‘ulotlarim va nazariyalarga asoslangan yuqorida bayon etilgan yetti strategiyani muntazam ravishda qo‘llab kelmoqdaman va bu yondashuvlar bir qator ijobiy natijalarga olib keldi. Avvalo, farzandimning kuchli reaksiyalarini yuzaga keltiruvchi omillarni aniqlash va ularni minimallashtirish orqali emotsional barqarorlikka erishildi. Kunlik tartibning vizual vositalar orqali belgilanishi esa unda xavfsizlik hissini kuchaytirdi va kutilmagan vaziyatlarda stress darajasini pasaytirdi. Shuningdek, soddalashtirilgan va aniq verbal ko‘rsatmalar bolamning tushunishini osonlashtirdi, bu esa o‘z navbatida mustaqil harakat qilishga undadi. Sensor jihatdan qulay muhit yaratish va vizual aloqa vositalaridan foydalanish kommunikatsiyani yanada samarali qildi. Hayotiy ko‘nikmalarni bosqichma-bosqich o‘rgatish va uni uy hamda ta‘lim muhitida takrorlash esa farzandimning mustaqilligini oshirishga xizmat qildi. Har bir bolaning noyobligini tan olish hamda ijobiy jihatlariga tayangan holda individual yondashuvni tanlash esa uning o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamladi. Masalan, kundalik hayotimizda tez-tez qo‘llaniladigan vositalar — ya‘ni changyutgich, blender kabi buyumlar va boshqa maishiy jihozlardan chiqqan ovozga farzandim kuchli reaksiya bildirardi: u quloqlarini bekitib olardi yoki tezda xonani tark etishga urinardi. Yuqorida keltirilgan strategiyalarni muntazam qo‘llash orqali unda bu holatlarga nisbatan muayyan ko‘nikmalar shakllandi, xavfsizlik hissi ortdi va eng asosiysi — mustaqillik darajasi oshdi. Ayni paytda farzandim O‘zbekistondagi umum ta‘lim maktablarning birida taxsil olmoqda. Ushbu amaliy tajriba va doimiy kuzatuvlarim nazariy yondashuvlarning hayotiy samaradorligini amalda tasdiqlamoqda.

Xulosa o‘rnida shuni aytish joizki, Autizm spektr buzilishi (ASB) – bu insonning ijtimoiy, kommunikativ va xatti-harakat sohalaridagi rivojlanishida kuzatiladigan buzilish bo‘lib, u Itard, Bleuler, Kanner va Asperger kabi olimlar tomonidan nazariy jihatdan asoslangan. Zamonaviy yondashuvlar esa bu tushunchani amaliy strategiyalar bilan boyitib, bolalarning rivojlanishiga samarali ta‘sir ko‘rsatmoqda. Jumladan, triggerlarni aniqlash, aniq ko‘rsatmalar berish, vizual aloqa vositalaridan foydalanish, barqaror kundalik tartib va hayotiy ko‘nikmalarni shakllantirish orqali autizmga ega bolalarning mustaqilligi va ijtimoiy moslashuvi oshmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Asperger, G. (1944). Die „autistischen Psychopathen“ im Kindesalter. Archiv für Psychiatrie und Nervenkrankheiten, 117, 76–136. <https://doi.org/10.1007/BF01837709>

2. L. Kanner (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nervous Child*, 2(3), 217–250.
3. Mo‘minova, L. R. (2015). Autizm sindromi, uning sabablar, turlari va bartaraf etish metodikalari. Toshkent: Spectrum Media group, 7-9,11.
4. Лебединская, К. С. (1985). Психопатология детского возраста. Москва: Просвещение.
5. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии СПб.: Речь, 2001.
6. Мамайчук, И. И. (2001). Психология нарушений развития у детей. Санкт-Петербург: Речь.
7. Никольская, О. С. (1996). Дети с аутизмом: Пути помощи. Москва: ТЦ Сфера.
8. Пузанов, Б. П. (1989). Аутизм у детей: Диагностика и коррекция. Москва: Медицина.
9. Staff Writer (2014) “Supporting Children with Autism”
<https://blog.kaplanco.com/ii/autism>
10. teaching.monster.com/benefits/articles/8761-22-tips-for-teachingstudents-with-autism-spectrum-disorders