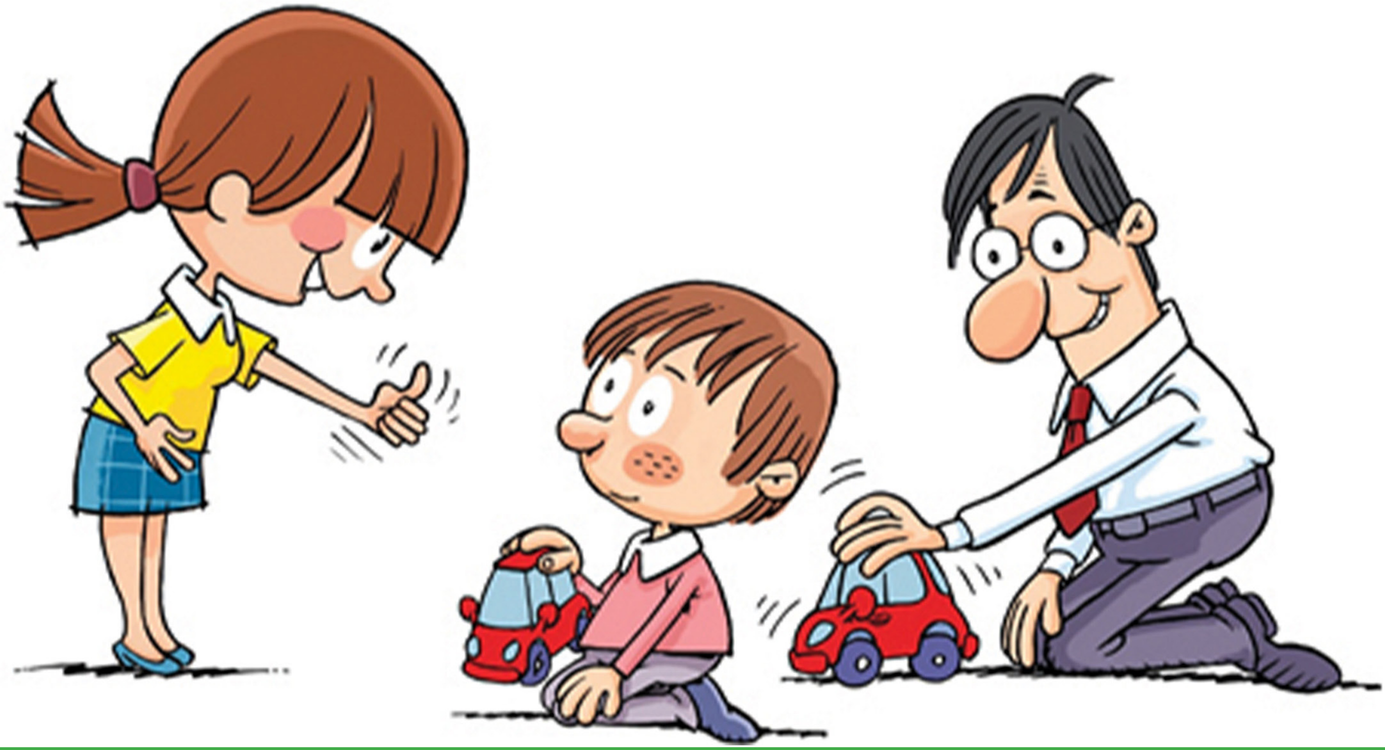
SADƏ KOMANDALARI YERİNƏ YETİRMƏ

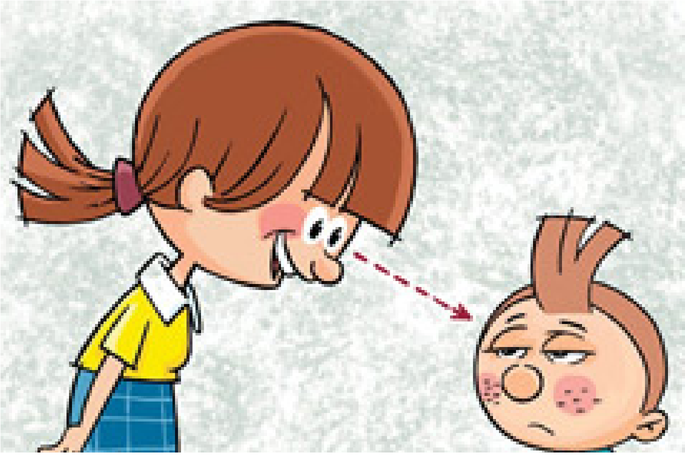


BİRGƏ VƏ SAĞLAM İCTİMAİ BİRLİYİ

Azercell

Birgə və
Sağlam İB
"Autizm portalı"
BİRGƏ VƏ SAĞLAM
İCTİMAİ BİRLİYİ
Azercell

SADƏ KOMANDALARI YERİNƏ YETİRMƏ



Hər nə qədər nitq və ünsiyyətdən bəhs edildiyi zaman ağlımıza ilk gələn əsasən ifadə edici nitq bacarıqları, başqa sözlə desək, danışmaq gəlsə də ünsiyyət qurmaq üçün ifadə etməylə bərabər başqalarının dediklərini də anlamaq ehtiyacı da hiss edərik.

Gündəlik həyatımızda hər hansısa bir səbəblə ünsiyyət qurmaq üçün insanlara adıyla müraciət edirik. Bəzən onun diqqətini çəkmək üçün səsimizi yüksəltdiyimiz və bədən hərəkətlərimizi istifadə etdiyimiz situasiyalar da olur. İnsanların diqqətini çəkdiyimizdən əmin olduqdan sonra çatdırmaq istədiyimiz mesajı ifadə etməyi seçərik. Bunun üçün diqqətini çəkməyə çalışdığımız insanın bizə baxdığını və bizimlə göz kontaktı qurduğunu kontrol edərik. Başqalarının da bizə adımızla müraciət etdiyi zaman bunun ünsiyyət başlatma olduğunu anlayıb və diqqətimizi adımızı söyləyən şəxsə yönəldərik. Bu zaman bizi çağıran şəxsə tərəf baxar və onunla göz təması qururuq. Bu davranışımız bizim ünsiyyət başlatmamızın ardından davam etməsi gözlənilən müddətcə diqqətimizi yönəltməmizi dəstəklədiyi kimi,bizi çağıran insana da onun ünsiyyət istəyini qəbul etdiyimiz və ya ünsiyyətə hazır olduğumuzu bildirir.

Bu kitabda , alıcı dil bacarığı olaraq bilinən adına reaksiya vermək və başqalarının komandalarını yerinə yetirmə bacarığının necə öyrədilməsi haqqında danışılacaqdır.

Hal-hazırda hər hansısa bir cəmiyyətdə müstəqil olaraq yaşaya bilmək üçün, minlərlə alıcı dil mesajını ala bilmək və bunların hər birinə uyğun reaksiyalar vermək gərəkdir. Bu mesajların bəziləri sadə olsa da, bəziləri son dərəcə qarışıqdır.

Bu kitabda sizə ötürülən programda alıcı dil qabiliyyəti öyrədərkən uşaqdan, başqa birinin sözlü ifadəsini anlaması və bu ifadənin təlimatına uyğun reaksiya verməsi gözlənilir. Uşağa bir sözlü stimul verilməklə və bu stimula qarşılıq olaraq sözlü olmayan reaksiya göstərməsi öyrədilir. Məsələn, “Bura gəl” deyildiyində masaya doğru gəlməsi və “Oyun zamanı” deyildiyində yerindən qalxma bacarıqları, alıcı dil bacarığıdır. Bu kitab daxilində öncəliklə uşağı adıyla çağırdığımız zaman reaksiya vermə və sadə komandaları yerinə yetirmə bacarıqlarının necə öyrədilməsiylə bağlı təkliflər veriləcəkdir.

Sadəcə nitqdə gecikməsi olan tipik uşaqlar ilə inkişafında gecikmə olan bəzi uşaqlar müqayisə edilməsi zamanı hər iki qrupa aid olan uşaqlarda olduqca yaxşı alıcı nitq bacarıqlarına sahib olduqları nəzərə çarpır. Valideynlərin əksəriyyəti, uşaqlarının deyilən hər şeyi necə anladığı barəsində fikirlər söyləyər , eyni zamanda uşaqlar da valideynlərin istəklərini yerinə yetirə bilirlər. Danışmayan bir uşaq "Topu mənə gətir" və ya " Get bezi gətir" kimi cümlələrlə ondan istənilənlərə reaksiya verə bilir. Ancaq , autizmli uşaqlar bəzən eşitmə məhdudiyyətli şəxs kimidirlər, çünki onlardan istənilənlərə qarşı heç reaksiya verməzlər. Hətta bəzi valideynlər başqa həkimlərə getməzdən öncə övladlarını lor`a aparırlar. Kaşki problem bu qədər sadə olsaydı. Bir çox valideyn adına reaksiya verməsə də uşaqlarının başqa vəziyyətələrdə qulaqlarının çox yaxşı eşitdiyinin fərqində olurlar.

DƏYƏRLƏNDİRMƏ

Autizm haqqında məlumatlara əsaslanaraq deyə bilərik ki, burda günah qulaqlarının yaxşı eşitməməsi deyil də, adına reaksiya verməyə motivasiyadır.*

Valideynlərə ilk söylədiyimiz şey, uşaqlarının adını çox təkrar etməyi kəsmələridir. Valideynlər istədiklərinin uşağa nə olduğunu anlatma və etdirmə çabalarına yönəlirlər, əslində uşaqlarının adlarını tələblərlə tamamiylə birləşdirirlər. Buna bağlı olaraq da bütün gün eşitdiyi tək şey “Həmzə ayaqqabılarını gətir” və ya “Həmzə burnunu göstər”, və ya da “ Həmzə bura gəl”dən ibarət olur. Nadirən reaksiya verdiyi üçün və onu razı salmaq məqsədli ipucu verməyi bilmədiklərindən , hər dəfəsində daha yüksək səslə danışırlar, tələblərlə uyğunlaşdırdıqları adları gün boyunca dəfələrlə təkrar edirlər. Valideynlərə uşaqlarının içinə adları əlavə olunmayan sadə bir dilə ehtiyacları olduqlarını söyləyirik: yəni ,bura gəl, ayaqqabılarını gətir və s. Onlara ayrıca adını tələblərlə deyil də , müsbət motivasiya etməklə birləşdirməli olduqlarını bildiririk. Misal olaraq, adını ona sadəcə yemək verdiyiniz və ya əyləncəli, sevdiyi bir fəaliyyəti edərkən söyləmələri gərəkdiyini söyləyirik: “Həmzə bax bu şokolad sənindir”, “Həmzə, gəl yelləncəkdə yellənək” və s.

Övladınızın alıcı dilini dəyərləndirməkdə ən çətin hissə, dəyərləndirərkən mütəmadi olaraq ipucu vermədiyinizdən və ya vizual bir ipucu göstərmədiyinizdən əmin olmanızdır.Alıcı nitq bacarıqlarını dəyərləndirərkən əlləriniz yanınızda hərəkətsiz durmalı, səsiniz hətta baxışlarınız belə neytral olmalıdır. Bu formada açıq və net təlimat verin, məsələn “burnuna toxun” deyin. Əgər uşaq burnuna toxunursa, dediyinizi anlamış deməkdir.Amma öncəsində başına, sonra burnuna toxunarsa bu xəta kimi qəbul olunur.

Tipik inkişaf göstərən uşaqlarda əksərən alıcı dil bacarıqlarına sahibdirlər,bəzi autizmli uşaqlarda ilk dəyərləndirmə zamanı heç alıcı dil bacarığı görməzsiniz,lakin bəziləri bu zaman təxminən yaşların auyğun bacarıq sərgiləyə bilərlər.

Uşağın gündəlik həyatında yerinə yetirməsi uyğun olan təlimatları yuxarıda bəhs etdiyimiz kimi dəyərləndirin.Çətinlik çəkdiyi təlimatların daha sonra öyrədilməsini həyata keçirərəcəksiniz.Aşağıdakı cədvəldə az yaşlı uşaqların yerinə yetirə biləcəyi bəzi sadə təlimatlara nümunələr göstərilmişdir. Qeyd olunan təlimatlardan istifadə edə bilərsiniz.

TƏDRİS

Adı çağırıldığında reaksiya verməyi öyrətmək

Övladınıza təlimatı izləməyi öyrədərkən ipucu vermək, etməli olduğunuz ən önəmli üsuldur.Öncəki hissədə də qeyd etdiyimiz kimi , övladınızın adını tələblərlə əlaqələndirməyin.Adı çağırıldığı zaman reaksiya vermək autizmli əksər uşağın sahib olmadığı bacarıqdır.Övladınızın adının istifadə sıxlığına sərhəd qoymağınız, adıyla çağırıldığı zaman reaksiya verməyi öyrənməyinə kömək edəcəkdir.Bu şəkildə adını, özündən tələb olunan bir çox şeyin parçasıymış kimi görməyəcəkdir.

Övladınızın adına reaksiya verməsi üçün təklif etdiyimiz üsul aşağıdakı kimidir:
Həmzə,biri ona çağırdığı zaman demək olar ki heç reaksiya vermir.İlk iş olaraq ətrafında olan hər kəsə gün boyunca onun adını çağırmağı dayandırmasını və ya məhdudlaşdırmasını söyləyin. Ardınca Həmzənin ən güclü ,kontrol edilə bilən motivasiyaedicilərindən bir neçəsini götürün (çips və köpük deyək misal olaraq) və o başqa bir fəaliyyətlə məşğul ikən tam arxasında dayanın. Yarım metr qədər arxasındaykən adıyla çağırın və həmən çiyninə toxunaraq sizə tərəf çevirin. Sonrasında ona bir çips verin. Mərhələ mərhələ, ipucunu biraz daha geridə duraraq zəiflədin və çiyninə toxunmağı 1-2 saniyə gecikdirin. Adına reaksiya vermə çalışması bu formada gün ərzində motivasiyedici verdiyiniz hər an davam edəcəkdir.

Əslində alıcı dil bacarıqları üzərində işlədiyiniz zaman, ipucuyla davam etdirə biləcəyiniz təlimatlar verməniz yaxşı olar.Övladınızı bitməyən tələblərlə bombardmana tutmayın.Bu program , həm uşağın həm də sizin edə bildiklərinizi görməyiniz baxımından güvən qazanmanız məqsədiylə başlanğıc səviyyədə asan olur.İrəlilədikcə hər düzəltmədən sonra ,çoxlu müsbət sözlər istifadə etdiynizdən əmin olmalısınız. Mütəxəssislər, hər bir mənfi ifadə üçün səkkiz müsbət ifadə istifadə olunması gərəkdiyini bildirir. Bu programa sadəcə siz deyil də yoldaşınız, dayə, nənə və s. daxil olmaqla hər kəsin qatılmağı vacibdir.
Hər kəs bi arada çalışarsa , qısa müddət ərzində övladınızın sadə komandaları izləməyə başladığını görəcəksiniz. Əks halda problem davranışlarda yüksəlmələr və sözə qulaq asmamalar görməyə davam edəcəksiniz. Əgər bu dediklərimizi müşahidə edirsinizsə, övladınızın yetkinlərlə olan münasibətini müşahidə edərkən müsbət və mənfi ifadələri sayıb tətbiqi kimin izləmədiyini anlaya bilərsiniz. Bu insanla müşahidə nəticələrinizi bölüşün və ardından ondan sizi uşaqla qarşılıqlı ünsiyyət zamanı izləməsini istəyin və sonrasında müsbət və mənfi ifadələri təkrar sayın.Çox zaman insanlar istifadə etdikləri mənfi ifadələrin fərqinə varmır, mənfi qəbul etmirlər.

SADƏ KOMANDALARI YERİNƏ YETİRMƏYİ ÖYRƏNMƏK

Davamlı tədris seanları verməyə başlamazdan öncə əlinizdə müəyyən sayda " hədəflənmiş sadə komanda siyahınızın" olmasını arzu olunandır.Davamlı tədris əsansında sadə komandaları izləmə, bədən üzvlərini və əşyaları tanıma kimi bir neçə alıcı dil programı başlamanız da tövsiyyə olunur.

Hər bir dil programı üçün ən az iki hədəf olmalıdır,beləliklə övladınızın ikisi arasındakı fərqi anladını deyə bilərsiniz. Çünki siz övladınıza sadəcə "əl çal" komandası üzərinə çalışsanız, övladınız 2 hədəf arasından doğru olanı seçib edə bilməyəcəkdir. Övladınızın bir hədəf üzərində ustalaşmasını istəyirsinizsə , ən az iki hədəflə çalışmalısınız. Bir hədəf üzərinə çox sayda motivasiyaedici və ipucuyla çalışsanız, sonrakı dönəmdə növbəti hədəfi öyrətməyiniz daha çox zaman alacaqdır. Bu səbəbdən də öncədən programa iki hədəf qoymalısınız ki,övladınız fərqini doğru anladığını etsin və bunun qarşılığında motivasiyaedici alsın.

Əl çal ,ayağını yerə vur, stola vur, hoppan, dön, əllər yuxarı kimi komandaların hər biri davamllı tədris üçün doğru hədəflərdir. Əgər övladınız bu sadə komandaların hər hansı birini söylədiyinizdə edirsə,ustalaşdığı hədəfi bir forma qeyd edin,beləliklə öyrənməkdə olduğu hədəflərlə bildiyi hədəfləri qarşılaşdıraraq öyrətməyə burdan başlaya bilərsiniz.

Bildiyini düşündüyünüz hədəflərin bir siyahısını hazırladıqdan sonra, öyrənmə seansınızın başında övladınızın bu hədəf bacarıqları yerinə yetirmə səviyyəsini öyrənmək üçün dəyərləndirmə edə bilərsiniz.

Deyək ki, "Əl çal", "Ayağını yerə vur" və "Ayağa qalx" komandalarınnı yerinə yetirməyi öyrətmək istəyirsiniz. Öyrətməyə başlamazdan öncə bu hədəflərdən birini seçin (hər dəfə eyni olanı seçməyin, komanda sırasını qarışdırın) və heç ipucu təqdim etmədən uşağın təlimata düzgün reaksiya verib- vermədiyini dəyərləndirin.
Əgər "Ayağını yerə vur" deyirsinizsə, baxışlarınızla uşağın ayağını hədəf almayın, əks halda ipucu vermiş olursunuz. Yoxlama zamanı heç ipucu verməməyə diqqət edin. "Əl çal" dediyinizdə səsinizi yüksəltməyin, baxışlarınız uşağın əllərinə yönəltməyin və ya əllərinə toxunmayın. Dəyərləndirmə formunda "Bəli" və ya "Xeyr" sözlərini dairəyə alın. "Bəli" ifadəsini sadəcə uşağın ipucu almadan uyğun reaksiya verdiyi hallarda dairəyə alın. Daha sonra digər hədəfləri yoxlamağa davam edə bilərsiniz.

Bir alıcı dil bacarığını necə yoxlaya biləcəyinizi aşağıdakı nümunədə görə bilərsiniz.
Ana: “Əl çal” deyir, ipucu vermədən neytral səs tonuyla.
Uşaq: Başını masaya vurur.
Ana: “Xeyr” ifadəsini dairəyə alır.

Müəyyən etdiyiniz hədəfləriniz üçün yoxlamanı bitirdiyinizdə, bu hədəflərin öyrədilməsinə keçə bilərsiniz.

Yeni bir bacarıq öyrədən zaman , öncə tam fiziki ipucu verirsiniz, ardıınca onu tam model olma ipucuna keçərək zəiflədirsiniz, onu da qismən model olma ipucuna keçərək zəiflədirsiniz.
Öyrətmə seansınız içində, hər bir hədəfi bir neçə dəfə “tutmaqla” sonraki gün edəcəyiniz ön dəyərləndirmədə doğru reaksiya alma şansınızı artırmağa çalışırsınız.Ön dəyərləndirmə almaq önəmli bir dəyərləndirmə vasitəsidir, bu arada hədəflərinizin hər birini hər gün məqbul ölçülər daxilində öyrətməyə davam etməlisiniz.

“Ayaqlarını yerə vur” kimi komandanı necə öyrədəcə biləcəyinizi haqqında danışaq:
“Ayaqlarını yerə vur” və ya “Ayağa qalx” kimi bir təlimat vermədən öncə ikiniz də stulda üzbəüz oturmalısınız. Bu önəmlidir, çünki uşağı stula oturtsanız, “Ayağını yerə vur” komandası zamanı stulu geri çəkməli olacağınız üçün uşağa ipucu vermiş olacaqsınız. Alıcı dil bacarıqları üzərində çalışdığımızı unutmamalısınız. Uşağa fizikin ipuclarını anlamağı öyrətmirsiniz, o zaman ona heç bir vizual ipucu verməməlisiniz.

Ata: “Ayağını yerə vur” deyər və əllərini incə şəkildə uşağın dizinə qoyar və ayağını yuxarı-aşağı hərəkət etdirərək ayaq vurma hərəkətinə tam fiziki ipucu verər.
Uşaq: Atadan aldığı tam fiziki ipucuyla ayağını yerı vurar.
Ata: “Bəli, doğrudur ayağını yerə vur, uşağın ayağına toxunaraq ipucu verir.
Uşaq: Azaldılmış ipucuyla ayaqlarını yerə vurur.
Ata: Gülümsəyərək şokolod parçasını verərkən “Ayaqlarını çox gzöəl yerə vurdun” deyər.
Ata: “Əl çal”.

Çalışılacaq digər bacarıq bədən üzvlərini ayərd etmə programıdır.Programları birləşdirsəniz, “Əl çal”, “ Ayaqlarını yerə vur”, “ Başına toxun” şəklində üç hədəf seçə bilərsiniz. Bədən üzvləri programı, uşağınıza aldığı komandaya görə fərqli bədən üzvlərinə toxunmağı öyrədir. Böyük bədən üzvləriylə başlayın və bir-birinə çox yaxın olmayan üzvləri seçin. Qarın və başı seçmək yaxşı olar, göz və burun seçsəniz başlanğıc hədəfləriniz böyük ehtimalla çox yaxın olacaqdır. Komandaları yerinə yetirməkdə etdiyiniz kimi, öyrətməyə başlamadan öncə ön dəyərləlndirmə alın. Ayrıca ,yenə komandalrı yerinə yetirmədə etdiyimiz kimi bədən üzvlərində də diqqətli şəkildə ipucu verməyi,ipucu zəiflətmə üsullarını diqqətli bir şəkildə edin.
Aşağıda təqlid edə bilən bir uşağa, soruşulduğu zaman bədən üzvlərini göstərməyi necə öyrədə biləcəyinizlə bağlı bir nümunə verilmişdir:

Ana: “Başına toxun”. Öz başına toxunaraq həmin anda model olur.
Uşaq: Modeli izləyərək başına toxunur.
Ana: “Çox gözəl başına toxundun” deyərkən ikisi də əllərini başlarından endirib neytral bir vəziyyətə gətirirlər.
Ana: “Başına toxun”, ipucu olmadan.
Uşaq: Başına toxunar.
Ana: “Qarnına toxun”. Öz qarnına toxunaraq həmin an model olur.
Bu nümunələrin ikisi də tədris əsnasında bir hədəfdən digərinə keçməyin önəmini göstərir. Bir səfərdə on dəfə “Başına toxun” deməyə fikrinizi yönəltməyin, “Qarnına toxun”a keçin.Uşağınıza sözünüzü dinləməyi öyrətməlisiniz və o da, ilk başda öyrəndiklərindən sonradan öyrəndiklərini ayırmağı öyrənməlidir.