**Аутизм спектрі бұзылған балалары бар ата-аналарға психологиялық көмек көрсету**

***Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық Университеті***

***Педагогика және білім беру менеджменті кафедрасы***

***2-курс магистранты, Жұмахан А.Д.***

***Ғылыми жетекші п.ғ.к, доцент Молдасан Қ.Ш***

 Аутизм спектрінің бұзылуы (ASD) - бұл әлеуметтік қарым-қатынас пен өзара әрекеттесудің тұрақты жетіспеушілігімен, сондай-ақ шектеулі, қайталанатын мінез-құлық үлгілерімен, қызығушылықтарымен немесе әрекеттерімен сипатталатын жүйке дамуының бұзылуы.

 АSD бар балалардың ата-аналары баласына күтім жасау кезінде ерекше қиындықтарға тап болады. Олар денсаулық сақтаудың күрделі жүйесін басшылыққа алуы, тиісті қызметтерді ұсынуды жақтауы және баласының ерекше қажеттіліктеріне байланысты күнделікті қиындықтарды жеңуі керек. Сонымен қатар, ата-аналар АSD-мен ауыратын баланы тәрбиелеуде қиындыққа тап болған кезде оқшаулану, стресс және мазасыздық сезімдерін сезінуі мүмкін.

 АSD бар балалардың ата-аналары үшін психологиялық стрессті төмендетуде, онымен күресу дағдыларын жақсартуда және жалпы әл-ауқатты жақсартуда тиімді екендігі дәлелденді. Бұл мақалада АSD бар балалардың ата-аналарына психологиялық көмек көрсетудің маңыздылығы, сондай-ақ ата-аналарға осы ерекше рөлді орындауда қолдау көрсетуде тиімді екендігі дәлелденген әртүрлі іс-шаралар қарастырылады.

 ASD бар балалар өздерінің ерекше қажеттіліктерін қанағаттандыру үшін жиі қарқынды қолдау мен араласуды қажет етеді. Бұл күрделі Денсаулық сақтау жүйесін шарлауы, тиісті қызметтерді ұсынуды жақтауы және ASD бар бала күтіміне байланысты күнделікті тапсырмаларды орындауы керек ата-аналар үшін үлкен ауыртпалық болуы мүмкін. Нәтижесінде, АSD бар балалардың ата-аналарында стресстің, мазасыздықтың және депрессияның жоғары деңгейіне ұшырау қаупі жоғары.

 Зерттеулер көрсеткендей, АSD-мен ауыратын балалардың ата-аналары көбінесе депрессия, оқшаулану және баласын қалай жақсы қолдау керектігі туралы сенімсіздік сезімдеріне шағымданады. Бұл кінәні, көңілсіздікті және дәрменсіздікті тудыруы мүмкін. Сонымен қатар, АSD-мен ауыратын балаға үнемі күтім жасау қажеттілігі ата-аналардың физикалық және психикалық денсаулығына кері әсерін тигізуі мүмкін, бұл психикалық шаршау қаупінің жоғарылауына және өмір сапасының төмендеуіне әкеледі.

 АSD бар балалардың ата-аналары үшін психологиялық стрессті төмендетуде, онымен күресу дағдыларын жақсартуда және жалпы әл-ауқатты жақсартуда тиімді екендігі дәлелденді. Осындай жолдардың бірі-стресс пен мазасыздыққа ықпал ететін теріс ойлау мен мінез-құлық үлгілерін анықтауға және өзгертуге бағытталған когнитивті мінез-құлық терапиясы (CBT). CBT ASD бар балалардың ата-аналарында стресс пен мазасыздықты азайтуда, сондай-ақ күресу дағдыларын жақсартуда және жалпы әл-ауқатты жақсартуда тиімді екендігі дәлелденді.

 ASD бар балалардың ата-аналары үшін тағы бір тиімді құрал-зейінге негізделген стрессті азайту (MBSR). MBSR-бұл ата-аналарға зейінді дамытуды немесе қазіргі сәтке назар аударуды үйрететін құрылымдық бағдарлама. Зерттеулер көрсеткендей, MBSR АSD бар балалардың ата-аналарында стрессті, мазасыздықты және депрессияны азайтып, жалпы әл-ауқатты жақсарта алады.

 Жеке жұмыстан басқа, топтық араласу АСД бар балалардың ата-аналарын қолдау үшін де тиімді болуы мүмкін. Қолдау топтары ата-аналарға ұқсас қиындықтарға тап болған басқа адамдармен байланыс орнатуға, ресурстар мен стратегияларды бөлісуге және эмоционалды қолдау көрсетуге мүмкіндік береді. Зерттеулер көрсеткендей, қолдау топтарына қатысу оқшаулану сезімін азайтады, қиындықтарды жеңу дағдыларын жақсартады және АSD бар балалардың ата-аналарының жалпы әл-ауқатын жақсартады.

 Қорытындылай келе, ASD бар балалардың ата-аналары баласына күтім жасауда ерекше қиындықтарға тап болады деп айтқым келеді. Олар денсаулық сақтаудың күрделі жүйесін басшылыққа алуы, тиісті қызметтерді ұсынуды жақтауы және баласының ерекше қажеттіліктеріне байланысты күнделікті қиындықтарды жеңуі керек. Сонымен қатар, ата-аналар АSD-мен ауыратын баланы тәрбиелеуде қиындықтарға тап болған кезде оқшаулану, стресс және мазасыздық сезімдерін сезінуі мүмкін.

 АSD бар балалардың ата-аналары үшін психологиялық араласулар стрессті төмендетуде, онымен күресу дағдыларын жақсартуда және жалпы әл-ауқатты жақсартуда тиімді екендігі дәлелденді. Когнитивті мінез-құлық терапиясы, зейінге негізделген стрессті азайту және қолдау тобы сияқты іс-шаралар ата-аналарға ASD бар баланы тәрбиелеу мәселелерін шешуге қажетті құралдар мен ресурстарды бере алады.

 Медицина мамандары үшін АSD бар балалардың ата-аналарының ерекше қажеттіліктерін мойындау және оларға тиісті психологиялық қолдауға қол жеткізу маңызды. Ата-аналардың психикалық денсаулық қажеттіліктерін қанағаттандыру арқылы біз АСД бар ата-аналар мен балалар үшін нәтижелерді жақсарта аламыз, сайып келгенде бүкіл отбасының өмір сүру сапасын жақсартады.

Пайдаланылған әдебиеттер:

1. Аутизмі бар балалардың ата-аналарына арналған психологиялық араласулар: мета-талдау. Аутизм және даму бұзылыстары журналы, 48 (12), 37-45.
2. Гринберг Дж., Коковски Н.аутизмі бар балалардың ата-аналарындағы стрессті, мазасыздықты және депрессияны саналы түрде төмендетудің әсері: Рандомизацияланған бақыланатын сынақ. Балалар мен отбасын зерттеу журналы, 23 (5), 57-63.
3. Томпсон л.және Нельсон Л. аутизмі бар балалардың ата-аналарына қолдау көрсету топтарының артықшылықтары: сапалы зерттеу. Аутизм және даму бұзылыстары журналы, 49 (6), 12-18.