



**IMKONIYATI CHEKLANGAN O'QUVCHILAR IJTIMOIIY
MOSLASHUVIDAGI TO'SIQLARNI BARTARAF ETISHNING
PSIXOKORREKSION DASTURI.**

**ПСИХОКОРРЕКЦИОННАЯ ПРОГРАММА ПРЕОДОЛЕНИЯ БАРЬЕРОВ
СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.**

**A PSYCHOCORRECTIONAL PROGRAM FOR OVERCOMING BARRIERS
TO THE SOCIAL ADAPTATION OF STUDENTS WITH DISABILITIES**

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18137383>

Radjabov Akmal Abduxaliqovich

radjabovakaml86@gmail.com

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Samarqand davlat pedagogika instituti

Pedagogika kafedrası o'qituvchisi

Jumanazarova Qurbonoy Sharifqulovna

tillayevnabonu@gmail.com

Samarqand davlat pedagogika instituti

Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi 4-kurs talabasi

ANNOTATSIYA: *Mazkur maqolada imkoniyati cheklangan o'quvchilarning ijtimoiy moslashuv jarayonida uchraydigan psixologik to'siqlar tahlil qilinadi. Tadqiqotda ushbu to'siqlarni bartaraf etishga qaratilgan psixokorreksion dastur ishlab chiqilib, uning samaradorligi amaliy tajriba asosida baholandi. Psixologik mashqlar, ertak terapiyasi va loyihaviy metodlar orqali o'quvchilarning emotsional holati, muloqot ko'nikmalari va maktab muhitiga moslashuvi yaxshilangani aniqlandi. Tadqiqot natijalari inklyuziv ta'lim tizimida psixologik xizmatni takomillashtirishga xizmat qiladi.*

KALIT SO'ZLAR: *imkoniyati cheklangan o'quvchilar, ijtimoiy moslashuv, psixokorreksiya, ertak terapiyasi, inklyuziv ta'lim, psixologik muhit.*

АННОТАЦИЯ: *В статье анализируются психологические барьеры, возникающие в процессе социальной адаптации учащихся с ограниченными возможностями. Разработана и апробирована психокоррекционная программа, направленная на преодоление данных трудностей. Результаты исследования показали положительное влияние психологических упражнений, сказкотерапии и проективных методик на эмоциональное состояние, коммуникативные навыки и*



адаптацию учащихся к школьной среде. Полученные данные могут быть использованы в системе инклюзивного образования.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: *учащиеся с ограниченными возможностями, социальная адаптация, психокоррекция, сказкотерапия, инклюзивное образование, психологическая среда.*

ABSTRACT: *This article examines psychological barriers encountered in the process of social adaptation of students with disabilities. A psychocorrectional program aimed at overcoming these barriers was developed and tested. The findings demonstrate that psychological exercises, fairy-tale therapy, and projective methods positively influence students' emotional state, communication skills, and adaptation to the school environment. The results contribute to improving psychological support within inclusive education systems.*

KEYWORDS: *students with disabilities, social adaptation, psychocorrection, fairy-tale therapy, inclusive education, psychological environment.*

KIRISH

Bugungi kunda imkoniyati cheklangan o'quvchilarni ijtimoiy moslashuvini ta'minlash ularni kasb-hunarga yo'naltirish masalasiga ham davlat tomonidan katta e'tibor berilmoqda. Bu borada maxsus qarorlar ham ishlab chiqilgan. Masalan, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2011 yil 13 sentyabrdagi «Imkoniyatlari cheklangan bolalar uchun ixtisoslashtirilgan davlat ta'lim muassasalari tug'risidagi me'yoriy-huquqiy hujjatlarni tasdiqlash haqida»gi 256-son qarori bilan tasdiqlangan «Jismoniy yoki psixik rivojlanishida nuqsoni bo'lgan bolalar uchun ixtisoslashtirilgan davlat ta'lim muassasalari (maktablar, maktab-internatlar) tug'risidagi nizom» bunga yorqin misol bo'la oladi.

Biroq, shuni ta'kidlash lozimki, ko'p yillar davomida tibbiy mutaxassislar

faqat rivojlanishida nuqsonga ega bo'lgan o'smirlar bilan ish olib borishgan. Shu vaqtning o'zida rivojlanishida nuqsonga ega bo'lgan shaxslarni turli kasblarning tug'ri kelmaydigan sifatlarini o'rganish va xisoblab chiqish, shu-ningdek, sog'lom o'smirlarning ham kasbiy layoqati masalasini o'rganishni ham e'tiborga olishgan.

Moslashuv – keng ma'noda insonning yangi sharoitga, yangi faoliyatga, yangi ijtimoiy aloqalarga, yangi ijtimoiy muhitga ko'nikishida namoyon bo'ladigan tabiiy holatdir. 1-sinfga kelgan bolalarning hayotida bu jarayonning kechishi uning faqatgina o'quv faoliyatini o'zlashtirishi bilangina bog'liq bo'lib qolmay, balki uning maktabda o'zini erkin tutishi, uning salomatligi, uning maktabga va o'qishga munosabatiga ham bog'liqdir.



Bu jarayon me'yorida o'tayotganini kuzatish uchun moslashuvning asosiy ko'rsatkichlariga ahamiyat berish kerak:

- bolalarning jismoniy, psixologik va ijtimoiy salomatligi;
- o'quvchilar va o'qituvchi bilan doimiy muloqotda bo'lishi;
- o'quv faoliyati ko'nikmalarini egallashi;
- unda adekvat (teng, mos) xulq-atvorning shakllanishi.

Maktabga moslashuv jarayonining qiyin kechayotganini quyidagi indikatorlar yordamida aniqlash mumkin:

-bolaning xulqida negativ o'zgarishlar: bu haddan ortiq asabiylashish, hatto agressivlik (tajovuzkorlik) yoki aksincha indamas bo'lib qolishi, tushkunlikka tushishi. Bolada qo'rquv paydo bo'lib, maktabga borish hohishi yo'qoladi.

Moslashuv jarayoni qiyin kechganda bolalarning bo'y o'sishi sekinlashadi, tana vazni tushadi. O'tkir kasalliklar birinchi sinf o'quvchilarida yuqori sinf o'quvchilariga qaraganda ikki marta oshadi.

Birinchi sinf o'quvchilarida moslashuv jarayonining davomiyligi Bolalarning maktabga ijtimoiy psixologik moslashuvi turli kechishi mumkin. Ko'pchilik bolalar ikki oyda moslashishi, 2-guruh bolalarning moslashuvi uzoqroq bo'lishi, 3 guruh bolalarda esa bu jarayon o'ta qiyin kechishi mumkin.

Moslashuv jarayonining o'tishiga ta'sir etuvchi omillar

- bolaning o'ziga baho berishi;
- oiladagi tarbiya usullari;

- oilada nizoli vaziyatlarning bor-yo'qligi;

- tengdoshlar guruhida uning o'rni.

6 yoshli bolalarning maktabga moslashuvi bo'yicha tavisiyalar Bolaning maktabga moslashuvi ko'p hollarda sinfdagi muhitga, ya'ni uning darslarga qiziqishi, o'zini dars vaqtida, o'qituvchi va sinfdoshlari bilan muloqotda qay darajada erkin va xavfsiz his qilishiga bog'liq;

Darslarda bolalarning maktab hayotiga tezroq kirishib ketishi, o'quvchining yangi ijtimoiy o'rnini egallashiga yordam beruvchi maxsus mashqlardan foydalanishga ahamiyat berish;

Tadqiqot metodlari. Psixologik metodikalar va psixologik mashqlardan foydalangan holda sinfdagi iliq, yaxshi sog'lom psixologik muhitni yaratish, shu orqali bolalardagi ichki qo'rquv va xavotirni engib, ularga bir-biri bilan yaqinroq tanishishiga va do'stlashishiga yordam berish. Ta'lim jarayonida bola boshqalar bilan muloqot qilishni o'rganadi, maktabda o'zini qanday tutish qoidalari bilan tanishadi, tengdoshlari va o'qituvchi bilan qanday shaxslararo munosabatlarda bo'lish kerakligini anglaydi.

Ta'limning birinchi oyida maxsus mashqlardan tashqari quyidagi savollarga bir necha bor ahamiyat berish kerak:

Maktabga kelganingdan beri sening hayotingda nima o'zgardi?

Maktabga kelib-ketish sen uchun nimani anglatadi?

Nima uchun o'qish kerak?



Maktab hayotining qoidalari nima?

Maktabimizda sinfimiz, oshxona, kutubxona, xojatxona, tibbiyot xonasi qaerda joylashgan.

Darsda va tanaffus vaqtida o'zini qanday tutish kerak?

Darsga qanday tayyorlanish kerak?

Uyda ish joyi qanday bo'lishi kerak?

Bizlar bolaning maktabga moslashuvi xaqida gapirayotganda shuni unutmaslik kerak, bu bir tomonlama jarayon emasligi bolaga nafaqat yangi sharoitlar balki u ham iqtisodiy-psixologik vaziyatni o'zgartirishga intiladi faqat unga —kirish emas uni —kiritish kerakligin tushunadi.

Bolaning jismoniy ko'rinishga va sog'liq ko'rsatgichlariga diqqat e'tiborni qarating.

Qo'zg'alish xayajon yoki to'xtab qolish, boshining og'rigiga notinch o'qishga ishtaxasining pasayishi bolaning tanasining massasining tushushi bularning hammasi maktabda bolaning moslashmaganligi.

1-sinf o'quvchisining sog'ligi o'montarafiga ta'sir o'zgarish xaddan tashqari charchasidan kelib chiqadi.

Katta odamlarning qullab-quvvatlanishi onasining otasining bobosining buvisining maktabga bolaning yaxshi moslashuviga omil bo'la oladi.

Bolalarning maktabga moslashuvini o'rganishda quyidagi usul, ya'ni —ertak terapiyal usulidan ham foydalanish mumkin.

Hayvonlar maktabi metodikasi

Jihozlar: qog'oz, rangli qalamlar.

Psixolog: Hozir biz sizlar bilan ajoyib bir o'rmonga sayrga chiqamiz O'zingizga qulay holatda o'tirib oling va ko'zingizni yuming. Tasavvur qiling, Biz Siz bilan quyoshli bir o'rmon darasidamiz. Boshingiz tepasida barglarninig shitirlashiga quloq soling. Oyoqlaringiz ostida yumshoq maysalarni his eting.

Yalanglik o'rtasida maktab qurilgan.

Bu maktab "hayvonlar maktabi" Uni ko'ryapsizmi?

Bu maktabda qanday hayvonlar o'qishadi?

Qaysi hayvon o'qituvchi?

O'quvchilar nima bilan shug'ullanyaptilar?

O'zingizni qaysi hayvon deb tasavvur qilyapsiz va nimalarni his qilyapsiz?

Men 10 gacha sanagunimcha bu holatda qolishingiz mumkin va keyin esa ko'zingizni oching.

Ko'rsatma: Boshlovchi: Sizlar hayvonlar maktabida bo'ldinglar, endi esa qo'llaringizga qalam olib qog'ozga ko'rganlaringizni chizinglar. Chizgan rasmingiz ichidan o'zingiz tasavvur qilgan hayvonning oldiga "M" harfini qo'ying.

Tadqiqot natijalari imkoniyati cheklangan o'quvchilarning maktabga moslashuvida bir qator psixologik to'siqlar mavjudligini ko'rsatdi. Psixokorreksion dastur qo'llanilgandan so'ng o'quvchilarda:

1. Rasmning varaqda joylashishi. Rasm varaqning tepa qismida joylashtirilgan bo'lsa, bu o'zini



boshqalardan ustun qo'yishi, o'zining jamoadagi o'rnidan qoniqmaslik, atrofdagilar tomonidan etarli darajada qabul qilinmaganligi. Rasm varaqning pastki qismida joylashishi o'ziga ishonmaslik, o'z-o'zini past baholash. Agar rasm varaqning o'rtasida joylashgan bo'lsa, barchasi me'yorida.

2. Figuralarning konturlari. Figuralarning konturlari quyidagicha talqin qilinadi: atrofdagilardan himoya-agar ustunlar chizilgan va ular ustidan bir-necha marotaba bo'yalgan; tajovuzkorlik – agar rasmda to'siqlar o'tkir burchaklar tarzida chizilgan bo'lsa; qo'rquv va xavotir – qalam bosib chizilgan; shubhalanish, xavfsirash- agar to'siqlar chizilgan bo'lsa.

3. Ko'z, quloq, og'iz - organlarning chizilganligi Ko'zlarning chizilmaganligi ma'lumotlarni qabul qilmaslik, quloqlar (katta-katta qilib chizilgan) o'ta qiziquvchanlik, ayniqsa o'zi haqidagi boshqalarning fikri haqida. Ochiq va shtrixlar yordamida chizilgan og'iz - qo'rquv holatlarining tez-tez paydo bo'lishi, tishlar - verbal agressiya

4. Rasmda personajlarning bir-birlari bilan munosabatlari kommunikativ sohadagi xususiyatlarini anglatadi. Rasmda bir-birlari bilan turli munosabatlarda, ya'ni birgalikda o'ynash, o'quv faoliyatida tasvirlanganligi va ularning o'rtasida chiziqlar tortilmaganligi sinfdoshlari bilan yaxshi munosabatda ekanligidan darak beradi. Aksincha 156 chizilgan bo'lsa, boshqa o'quvchilar bilan muloqotga kirishishida qiyinchiliklar mavjud.

5. Rasmda tasvirlangan o'qituvchi va o'quvchi timsolidagi hayvonlar o'rtasidagi munosabatlar. Ular o'rtasida qarama-qarshiliklar bor-yo'qligini kuzatish. O'qituvchi va o'quvchining figuralari bir-birlariga nisbatan qanday joylashgan?

6. O'quv faoliyatining tasvirlanganligi. Rasmda o'quv faoliyatining tasvirlanmaganligi bolani maktab o'qishdan tashqari tomonlari bilan jalb qilishi haqida xulosa qilish mumkin. Agar o'quvchilar, o'qituvchi chizilmagan bo'lsa, rasmda maktab tasvirlanmagan bo'lsa, bolada hali o'quvchi pozitsiyasi shakllanmaganligini taxmin qilish mumkin, u o'quvchining vazifasi nimadan iborat ekanligini anglamaydi.

7. Ranglarning tanlanishi. Yorqin ranglardan foydalanib chizsa, bolaning maktabda yaxshi emotsional holatda ekanligidan, xira ranglardan foydalansa bolaning muvaffaqiyatsizligidan va tushkun holatda ekanligidan darak beradi.

Muhokama. Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, imkoniyati cheklangan o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi ko'p jihatdan sinfdagi psixologik muhitga va ularga ko'rsatilayotgan psixologik yordam sifatiga bog'liq. Tadqiqot davomida qo'llanilgan psixokorreksion dastur o'quvchilarning maktab hayotiga moslashuvini yengillashtirishda samarali vosita ekanligi isbotlandi. Natijalar ilgari olib borilgan tadqiqotlar bilan mos kelib, inklyuziv ta'lim tizimida ertak terapiyasi va psixologik mashqlardan foydalanish zarurligini yana bir bor tasdiqlaydi.



Xulosa. Metodikalar va psixologik mashqlardan foydalangan holda sinfda iliq, yaxshi sog'lom psixologik muhitni yaratish, shu orqali bolalardagi ichki

qo'rquv va xavotirni engib, ularga bir-biri bilan yaqinroq tanishishiga va do'stlashishiga yordam berishdi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari tuplami. 37-son (485) 2011-yil 19 sentabr, 38-modda
2. Abdurasulov R.A. Imkoniyati cheklangan bolalarning ijtimoiy moslashuvi psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016. – 124 bet.
3. Mamajonov A., Saidova M. Inklyuziv ta'limda psixologik xizmatni tashkil etish. – Toshkent, 2021. – 38 bet.
4. Шипицына Л.М. Психология детей с нарушениями развития. – СПб.: Речь, 2018. – 84 с.
5. Лебединская К.С. Нарушения психического развития у детей. – М.: Владос, 2016. – 120 с
6. Kavale K.A., Mostert M.P. Social skills interventions for individuals with learning disabilities. // Learning Disability Quarterly, 2018.