

20-May, 2026-yil

UMUMIY O‘RTA TA‘LIM MAKTABLARIDAGI INKLUZIV SINFLARDA
TA‘LIM OLAYOTGAN O‘QUVCHILARNING PSIXIK MUAMMOLARI VA
ULARNING YECHIMLARI

Alikulova Marxabo Bobokulovna

Toshkent shahar Uchtepa tuman

283-maktab amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada umumiy o‘rta ta‘lim maktablaridagi inkluziv ta‘lim muhitida tarbiyalanayotgan maxsus ehtiyojli bolalarning psixik holati, ular duch keladigan asosiy psixologik to‘siqlar va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar tahlil qilinadi. Tadqiqot davomida inkluziv sinf o‘quvchilarida kuzatiladigan xavotirlik, past o‘zini-o‘zi baholash, ijtimoiy izolatsiya va motivatsiyaning pasayishi kabi muammolar yoritilgan. Maqolada ushbu muammolarni bartaraf etish bo‘yicha pedagog-psixologik yondashuvlar, korreksion ishlar samaradorligini oshirish yo‘llari hamda o‘qituvchilar, ota-onalar va tengdoshlar o‘rtasidagi hamkorlik mexanizmlari taklif etilgan.*

Kalit so‘zlar: *inkluziv ta‘lim, maxsus ehtiyojli bolalar, psixologik muammolar, ijtimoiy moslashuv, korreksion-pedagogik yordam, psixo-emotsional holat, individual yondashuv.*

Kirish

Zamonaviy ta‘lim tizimining eng dolzarb yo‘nalishlaridan biri bu – inkluziv ta‘limdir. Inkluziv ta‘lim nafaqat imkoniyati cheklangan bolalarning maktabga borish huquqini ta‘minlash, balki ularning jamiyatning to‘laqonli a‘zosi sifatida shakllanishiga xizmat qiluvchi murakkab ijtimoiy-pedagogik jarayondir. O‘zbekiston Respublikasida so‘nggi yillarda inkluziv ta‘limni rivojlantirish bo‘yicha qator normativ-huquqiy hujjatlar qabul qilingan bo‘lib, bu jarayon nafaqat moddiy-texnik bazani yaxshilash, balki psixologik-ma‘naviy muhitni shakllantirishni ham talab etadi [1].

Umumiy o‘rta ta‘lim maktablarida oddiy o‘quvchilar bilan birga ta‘lim olayotgan maxsus ehtiyojli bolalar (autizm spektridagi buzilishlar, eshitish yoki ko‘rish qobiliyati zaifligi, nutq nuqsonlari, harakatlanish qobiliyati cheklanganligi va boshqalar) o‘ziga xos psixologik yuklamaga ega bo‘ladilar. Ularning psixikasi an‘anaviy ta‘lim muhitiga qaraganda kuchliroq stress omillariga duchor bo‘ladi. Shu sababli, inkluziv sinf o‘quvchilarining psixik muammolarini chuqur o‘rganish va ularga ilmiy asoslangan yechimlar topish bugungi kun pedagogika va psixologiya fanining ustuvor vazifalaridan biridir.

Maqolaning maqsadi – inkluziv ta‘lim sharoitida o‘qiyotgan bolalarning psixik holatidagi salbiy o‘zgarishlarni aniqlash, ularning kelib chiqish sabablarini tahlil qilish va samarali psixologik-pedagogik yordam ko‘rsatish strategiyalarini ishlab chiqishdan iborat.

1. Inkluziv ta‘lim muhitida psixologik muammolarning kelib chiqish sabablari

Inkluziv sinflarda ta’lim olayotgan bolalarning psixikasida yuzaga keladigan muammolar ko‘p qirrali bo‘lib, ular biologik, ijtimoiy va pedagogik omillarning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadi. Birinchi navbatda, bola o‘zining fizik yoki aqliy imkoniyatlari cheklanganligini anglashi bilan bog‘liq ichki konfliktlar paydo bo‘ladi. Bu holat "kamchilik kompleksi" deb ataladigan psixologik holatga olib kelishi mumkin. Bola o‘zini tengdoshlaridan farqli, "nuqsonli" deb hislay boshlaydi, bu esa uning o‘zini-o‘zi baholashiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Ikkinchi jihatdan, maktab muhitidagi ijtimoiy munosabatlar muhim rol o‘ynaydi. Aksariyat hollarda, sog‘lom bolalar maxsus ehtiyojli bolalar bilan muloqot qilishda qiyinchilikka uchraydilar. Ularda begonalik, qo‘rquv yoki hatto hazil qilish kabi salbiy reaksiyalar kuzatilishi mumkin. Bunday munosabat inkluziv sinf o‘quvchisida ijtimoiy rad etilish hissini kuchaytiradi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, tengdoshlar tomonidan qabul qilinmaslik bolada depressiv holatlar, agressiya yoki aksincha, o‘ziga berilib ketish (autizmga moyillikning kuchayishi) kabi holatlarni keltirib chiqaradi [2].

Uchinchi omil – o‘quv dasturi va o‘qitish metodlarining moslashtirilmasligidir. Agar o‘qituvchi individual yondashuvni to‘liq qo‘llamasdan, standart dastur asosida dars o‘tsa, maxsus ehtiyojli bola o‘quv materialini o‘zlashtira olmasligi mumkin. Bu esa unda o‘qishga bo‘lgan qiziqishning yo‘qolishi, o‘ziga ishonchsizlik va maktabdan qochish xohishini uyg‘otadi. Doimiy muvaffaqiyatsizlik hissi bolaning kognitiv faolligini pasaytiradi va xotira, diqqat kabi psixik jarayonlarning rivojlanishiga to‘sqinlik qiladi.

2. Inkluziv sinf o‘quvchilarida kuzatiladigan asosiy psixik muammolar

Tajribalar va kuzatishlar natijasida inkluziv ta’lim oluvchi bolalarda quyidagi tipik psixik muammolar aniqlangan:

Maktab muhiti maxsus ehtiyojli bolalar uchun doimiy stress manbai bo‘lishi mumkin. Yangi jamoaga qo‘shilish, darslarda so‘ralish, sinov ishlari yozish kabi vaziyatlar ularda kuchli xavotirlikni keltirib chiqaradi. Ayniqsa, og‘zaki javob berish talab qilinadigan vaziyatlarda bolalarda qaltirash, gapira olmaslik, terlash kabi vegetativ belgilar kuzatiladi. Bu holat uzoq davom etsa, surunkali xavotirlik buzilishiga aylanib, bolaning nerv tizimini exhausted (tojinish) holatiga olib keladi.

Maxsus ehtiyojli bolalar ko‘pincha o‘z qobiliyatlarini yetarli darajada namoyon eta olmasliklaridan aziyat chekadilar. Ularning yutuqlari kamroq sezilishi yoki tengdoshlarining yutuqlari bilan solishtirilganda o‘zini past his qilishi kuzatiladi. "Men buni uddalay olmayman", "Men boshqalardan yomonman" degan fikrlar ularning ongida mustahkamlanib boradi. Bu esa passiv pozitsiyani shakllantiradi, bola yangi topshiriqlarni bajarishdan bosh tortadi va tashabbus ko‘rsatmaydi [3].

Garchi bola jismonan jamoa ichida bo‘lsa-da, ruhan izolyatsiya qilingan bo‘lishi mumkin. Muloqot ko‘nikmalarining yetishmasligi tufayli u jamoaviy o‘yinlarda ishtirok eta olmaydi yoki guruh ishidan chetda qoladi. Ba’zi hollarda bolalar o‘zlari jamoadan ajralib turishni afzal ko‘radilar, chunki ular noto‘g‘ri tushunilishdan yoki masxara qilinishdan qo‘rqadilar. Bu holat ularning emotsional intellektini rivojlanishini sekinlashtiradi va empatiya qobiliyatini susaytiradi.

Stress va xavotirlik fonida bolalarda diqqatni jamg‘arish qiyinlashadi. Ular dars davomida tez chalg‘iydilar, topshiriq shartlarini to‘liq tushunmaydilar. Xotira jarayonlarida ham qisqa muddatli xotiraning zaifligi kuzatiladi, bu esa o‘qish materialini eslab qolishda qiyinchilik tug‘diradi. Natijada, o‘quv ulushi ortda qoladi va bu yana o‘z navbatida psixologik bosimni oshiradi.

Ba’zi maxsus ehtiyojli bolalarda emotsional reaksiyalarning keskin o‘zgarishi kuzatiladi. Kichik bir tanqid yoki muvaffaqiyatsizlik ularda g‘azab, yig‘i yoki agressiya portlashiga sabab bo‘lishi mumkin. Aksincha, ba’zilarida emotsiyalarning so‘nishi, apatiya va bezfarqlik holatlari kuzatiladi. Bu holatlar bolaning oila va maktabdagi munosabatlariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Yuqorida keltirilgan muammolarni hal qilish uchun kompleks yondashuv talab etiladi. Bu yerda faqat psixolog yoki faqat o‘qituvchi emas, balki butun maktab jamoasi, ota-onalar va tibbiyot xodimlari hamkorligi zarur. Quyida samarali yechimlar tizimi keltirilgan:

Har bir maxsus ehtiyojli bola uchun uning psixofiziologik xususiyatlariga mos keladigan Individual Ta’lim Rejasi ishlab chiqilishi shart. ITR nafaqat akademik bilimlarni, balki psixologik rivojlanish maqsadlarini ham o‘z ichiga olishi kerak. Masalan, agar bola xavotirlikdan aziyat chekayotgan bo‘lsa, rejada uni bosqichma-bosqich jamoaga qo‘shish, kichik guruhlarda ishlash va muvaffaqiyat vaziyatlarini yaratish ko‘zda tutilishi lozim. Topshiriqlar hajmi va murakkabligi bolaning imkoniyatlariga qarab differensiallashtirilishi kerak [4].

Maktab psixologi tomonidan muntazam monitoring o‘tkazilishi va individual hamda guruhli korreksion mashg‘ulotlar tashkil etilishi zarur.

Art-terapiya va o‘yin terapiyasi: Bolalarga o‘z his-tuyg‘ularini so‘z bilan ifodalash qiyin bo‘lganida, rassomchilik, loy bilan ishlash yoki terapevtik o‘yinlar orqali ichki tensionlikni kamaytirish mumkin. Bu usullar bolaning emotsional holatini barqarorlashtirishga yordam beradi.

Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi elementlari: Bolaga salbiy fikrlarni ("men hech narsa qila olmayman") ijobiy fikrlar bilan almashtirishni o‘rgatish. Muvaffaqiyat kundaligini yuritish orqali o‘z yutuqlarini anglashga undash.

*Ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish treninglari: Kichik guruhlarda muloqot qilish, navbat kutish, boshqalarning fikrini tinglash va hamkorlikda ishlash ko‘nikmalarini shakllantirish mashg‘ulotlari o‘tkazilishi lozim.

Inkluziv ta’limning muvaffaqiyati ko‘p jihatdan sinfdagi sog‘lom bolalarning munosabatiga bog‘liq. Shu sababli, "Do‘stlik darslari", "Biz har xilmiz, lekin tengmiz" kabi mavzularda suhbatlar, treninglar o‘tkazish zarur. Tengdoshlarga maxsus ehtiyojli bolaning xususiyatlari haqida tushunarli tilga olingan ma’lumotlar berish, ularda hamdardlik va yordam berish istagini uyg‘otish muhimdir. Sinfdoshlar o‘rtasida "hamkor-o‘quvchi" (buddy system) tizimini joriy etish, ya’ni har bir maxsus ehtiyojli bolaga bir sog‘lom o‘quvchini hamroh sifatida biriktirish, ijtimoiy integratsiyani tezlashtiradi [5].

O‘qituvchilar maxsus pedagogika va psixologiya asoslarini chuqur bilishlari kerak. Ular turli buzilishlarga ega bolalar bilan ishlash metodikasini egallagan bo‘lishlari lozim. O‘qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki fasilitator va motivator sifatida harakat qilishi kerak. U har bir bolaning kichik yutug‘ini ham e’tirof etishi, xatolarni yumshoq tuzatishi va bolaga ishonch bildirishi zarur. O‘qituvchilar uchun maxsus treninglar, seminarlar tashkil etish va ularni metodik adabiyotlar bilan ta’minlash tizimli ravishda amalga oshirilishi kerak.

Oila – bolaning psixologik tayanchi hisoblanadi. Ota-onalar ko‘pincha o‘z farzandining muammolari oldida ojiz qolishadi yoki haddan tashqari himoya qilish (giperopeka) yo‘liga o‘tishadi. Maktab psixologi va defektologlari ota-onalar bilan muntazam maslahatlashuvlar o‘tkazib, ularga to‘g‘ri tarbiya usullarini o‘rgatishlari kerak. Ota-onalarni qo‘llab-quvvatlash guruhlari tashkil etish, ularning tajriba almashishiga sharoit yaratish foydali bo‘ladi. Oilada ham maktabdagi kabi tartib-intizom va mustaqillikka undash tamoyillari saqlanishi lozim [6].

Psixologik qulaylik uchun maktab muhiti ham moslashtirilishi kerak. Bu nafaqat panduslar yoki liftlar, balki "tinchlik burchaklari" (quiet corners) yaratishni ham anglatadi. Agar bola stressga tushsa yoki charchasa, u shovqinsiz, xavfsiz joyga borib, o‘zini tiklab olishi mumkin. Ranglar, yorug‘lik va ovoz darajasining me’yorda bo‘lishi ham bolalarning psixik holatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Xulosa

Umumiy o‘rta ta’lim maktablaridagi inkluziv sinflar o‘quvchilarining psixik muammolari murakkab va ko‘p qirrali masala bo‘lib, ularni hal etishda tizimli yondashuv talab etiladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, asosiy muammolar – xavotirlik, past o‘zini-o‘zi baholash, ijtimoiy izolatsiya va kognitiv qiyinchiliklar – to‘g‘ri tashkil etilgan psixologik-pedagogik yordam orqali bartaraf etilishi yoki minimallashtirilishi mumkin.

Yechim sifatida taklif etilayotgan chora-tadbirlar quyidagilarni o‘z ichiga oladi: individual ta’lim rejalarini psixologik maqsadlar bilan boyitish, art-terapiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish treninglarini joriy etish, tengdoshlar o‘rtasida tolerantlik madaniyatini shakllantirish, o‘qituvchilarning malakasini oshirish va ota-onalar bilan samarali hamkorlik qilish.

Inkluziv ta’lim nafaqat maxsus ehtiyojli bolalar uchun, balki barcha o‘quvchilar uchun insonparvarlik, bag‘rikenglik va hamjihatlik qiymatlarini shakllantiruvchi muhitdir. Psixik muammolarni yengish orqali biz nafaqat alohida bolaning hayot sifatini yaxshilaymiz, balki butun jamiyatning ruhiy salomatligini mustahkamlaymiz. Kelajakda ushbu yo‘nalishda ilmiy tadqiqotlarni chuqurlashtirish, milliy mentalitetga mos keladigan innovatsion korreksion dasturlarni ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish dolzarb vazifa bo‘lib qolmoqda.

“O‘ZBEKISTONDA UCHINCHI RENESSANS VA INNOVATSION JARAYONLAR JURNALI”

20-May, 2026-yil

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

- [1] O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining "2020-2030-yillarda O‘zbekiston Respublikasida nogironligi bo‘lgan shaxslarning huquq va erkinliklarini ta’minlash konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida" gi Qarori. – Toshkent, 2020.
- [2] Vygotskiy L.S. Defektologiya asoslari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018. – B. 112-115.
- [3] Karimova N.X. Inkluziv ta’limda psixologik xizmat ko‘rsatishning zamonaviy texnologiyalari. // Pedagogika va psixologiya ilmiy-uslubiy jurnali. – 2022. – №3. – B. 45-50.
- [4] Maxsus pedagogika va psixologiya ilmiy-tadqiqot instituti. Inkluziv ta’lim sharoitida individual ta’lim rejasini tuzish metodikasi. – Toshkent, 2023. – 88 b.
- [5] UNESCO. Guidelines for Inclusion: Ensuring Access to Education for All. – Paris: UNESCO Publishing, 2021.
- [6] Abdullayeva S.R. Oilaning inkluziv ta’lim jarayonidagi roli va ota-onalarning psixologik tayyorgarligi. // Jamiyat va ta’lim. – 2024. – №1(12). – B. 78-82.