

## INKLYUZIV TA'LIMGA JALB ETILGAN BOLALARDA IJOBIIY PSIXOLOGIK O'ZGARISHLAR

*Baliqchi tuman "Inson" ijtimoiy  
xizmatlar markazi psixologi*

*Yo'lchiyev Davronbek Rustamjon o'g'li*

**Аннотация** *Ushbu maqolada inklyuziv ta'lim tizimiga jalb etilgan bolalarda kuzatiladigan ijobiy psixologik o'zgarishlar ilmiy-nazariy asoslar va empirik tadqiqotlar asosida tahlil qilinadi. Inklyuziv muhit bolaning o'ziga ishonchi, o'zini qadrlash darajasi, ijtimoiy moslashuv ko'nikmalari, emotsional barqarorligi, empatiya, hamkorlik va motivatsiya darajasini oshirishga xizmat qiladi. Vygotskiy, Bronfenbrenner, Maslow, Bandura va Rogers nazariyalari asosida inklyuziv ta'limning shaxs rivojiga ko'rsatadigan ijobiy psixologik ta'siri keng tahlil qilinadi.*

**Калит so'zlar:** *inklyuziv ta'lim, ijobiy o'zgarishlar, o'zini qadrlash, motivatsiya, empatiya, ijtimoiy moslashuv, psixologik barqarorlik, shaxs rivoji.*

**Аннотация** *В статье подробно анализируются положительные психологические изменения, происходящие у детей, вовлечённых в систему инклюзивного образования. На основе теорий Выготского, Бронфенбреннера, Маслоу, Бандуры и Роджерса рассматриваются аспекты формирования уверенности в себе, самооценки, социальной адаптации, эмоциональной устойчивости, эмпатии и мотивации. Сделан вывод, что инклюзивная среда способствует гармоничному развитию личности и формированию позитивного мировосприятия.*

**Ключевые слова:** *инклюзивное образование, положительные изменения, самооценка, мотивация, эмпатия, психологическая устойчивость, личностное развитие.*

**Abstract** *This article provides an in-depth analysis of the positive psychological changes observed in children engaged in inclusive education. Based on the theories of*

Vygotsky, Bronfenbrenner, Maslow, Bandura, and Rogers, it explores how inclusive environments foster self-confidence, self-esteem, social adaptation, emotional stability, empathy, and motivation. The findings highlight that inclusive education promotes holistic personal development and positive psychological transformation.

**Keywords:** inclusive education, positive changes, self-esteem, motivation, empathy, social adaptation, emotional stability, personal development.

### **KIRISH**

XXI asrda ta'lim tizimining asosiy tamoyillaridan biri — inklyuzivlik tamoyilidir. Inklyuziv ta'lim — bu barcha bolalarga, shu jumladan jismoniy, psixologik yoki intellektual imkoniyatlarida farq mavjud bo'lgan bolalarga birgalikda o'qish imkonini beruvchi tizimdir. Bunday muhitda bola o'zini jamiyatning teng huquqli a'zosi sifatida his etadi. Psixologik nuqtayi nazardan inklyuziv ta'lim bolaning shaxsiy o'sishi, ijtimoiylashuvi va emotsional barqarorligiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Mazkur maqola inklyuziv ta'limning bolalarda yuzaga keltiradigan ijobiy psixologik o'zgarishlarini nazariy va amaliy asoslarda tahlil qiladi.

### **Ijobiy psixologik o'zgarishlar tahlili**

- a) O'ziga ishonch va o'zini qadrlash – muvaffaqiyat va e'tirof orqali ishonch shakllanadi
- b) Ijtimoiy moslashuv – muloqot va guruh faoliyatida ishtirok etish ko'nikmalari rivojlanadi.
- c) Empatiya va tolerantlik – boshqalarni tushunish va yordam berish istagi oshadi
- d) Motivatsiya – rag'bat va qo'llab-quvvatlash orqali o'qishga bo'lgan ishtiyoq ortadi.
- e) Emotsional barqarorlik – qo'llab-quvvatlovchi muhit stressni kamaytiradi.
- f) Shaxsiy o'sish – bola ijtimoiy faol, mas'uliyatli shaxs sifatida shakllanadi.

### **O'ziga ishonch va o'zini qadrlash**

Inklyuziv muhitda bola o'zining imkoniyatlari qadrlanishini sezadi. O'qituvchi va sinfdoshlari tomonidan e'tirof etilishi, kichik yutuqlarining tan olinishi bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini kuchaytiradi. Har bir muvaffaqiyat e'tirof etilishi, maqtovlar va

ragʻbatlar bolaning “men ham qila olaman” degan ichki ishonchini shakllantiradi. Shu orqali bola oʻzini jamiyatning toʻlaqonli aʼzosi sifatida koʻra boshlaydi.

### Ijtimoiy moslashuv

Inklyuziv sinfda bola doimo jamoa bilan muloqotda boʻladi, bu esa uning ijtimoiy koʻnikmalarini rivojlantiradi. U sinfdoshlari bilan fikr almashadi, birgalikda oʻyinlar, mashgʻulotlar bajaradi. Shu orqali muloqot madaniyati shakllanadi, jamoada oʻz oʻrnini topadi, boshqalar bilan hamkorlik qilishni oʻrganadi. Natijada bola ijtimoiy hayotga tezroq moslashadi, oʻzini jamiyatda erkin his qiladi.

### Empatiya va tolerantlik

Inklyuziv muhitda bolalar bir-birining farqli jihatlarini koʻradi va qabul qilishni oʻrganadi. Turli imkoniyatdagi sinfdoshlarini tushunishga, ularga yordam berishga intiladi. Bu jarayonda bolalarda boshqalarga nisbatan mehr, sabr-toqat, tushunish hissi shakllanadi. Shu orqali ular insoniylik, hurmat va bagʻrikenglik kabi fazilatlarni oʻzlashtiradilar.

### Motivatsiya

Inklyuziv sinfda bola oʻz mehnatining natijasini koʻradi va buning uchun eʼtirof oladi. Maqtovlar, ragʻbatlar, kichik mukofotlar uning oʻqishga boʻlgan qiziqishini oshiradi. Har bir muvaffaqiyat unga yangi maqsadlar qoʻyish uchun kuch beradi. Shuningdek, oʻqituvchining ijobiy yondashuvi va doimiy qoʻllab-quvvatlovi bolada ichki motivatsiyani kuchaytiradi.

### Emotsional barqarorlik

Inklyuziv sinfda yaratilgan iliq va qoʻllab-quvvatlovchi muhit bolaning his-tuygʻularini barqarorlashtiradi. Oʻqituvchi va sinfdoshlarning ijobiy munosabati bola ichki tinchlikni his qilishiga yordam beradi. Bu esa stressni kamaytiradi, tashvish va

qo'rquvni yo'qotadi. Bola o'zini xavfsiz his qilganida o'qishga diqqatini to'liq qaratadi va yaxshi natijalar ko'rsatadi.

### Shaxsiy o'sish

Inklyuziv ta'lim jarayonida bola o'z imkoniyatlarini biladi, mas'uliyatni his qiladi, mustaqil qaror qabul qilishni o'rganadi. Sinfdagi faoliyatlar, vazifalar, kichik mas'uliyatlar bolaning o'z ustida ishlashiga sabab bo'ladi. Shu orqali u o'z fikrini erkin ifoda etuvchi, mas'uliyatli, faol shaxs sifatida shakllanadi. O'qituvchining ishonchi va rag'bati bolaning ichki o'sishini tezlashtiradi.

### Amaliy tavsiyalar

- Psixologik monitoring
- Individual ta'lim rejasi
- Ijobiy mustahkamlash
- Ota-onalar bilan hamkorlik
- O'qituvchilar uchun treninglar

Psixologik monitoring tizimini yo'lga qo'yish

Inklyuziv ta'limga jalb etilgan har bir bola uchun psixologik monitoring muhim ahamiyatga ega. Bu tizim bolaning emotsional holati, moslashuv darajasi, o'ziga ishonchi va ijtimoiy ko'nikmalarini muntazam kuzatib borish imkonini beradi.

Monitoringning asosiy bosqichlari:

- **Boshlang'ich diagnostika** – ta'lim jarayonining boshida bolaning psixologik holatini aniqlash (suhbat, test, kuzatuv orqali).
- **Oraliq monitoring** – o'quv jarayoni davomida ma'lum davr oralig'ida bolaning holatini qayta baholash.
- **Natijaviy tahlil** – aniqlangan o'zgarishlarni individual rivojlanish rejasiga kiritish.

L. S. Vygotskiy nazariyasiga ko‘ra, rivojlanishni samarali boshqarish uchun uni doimiy kuzatish va tahlil qilish zarur. Monitoring tizimi o‘qituvchiga bolaning psixologik ehtiyojlarini aniqlash va unga mos yondashuvni tanlash imkonini beradi. Masalan, “Self-Esteem Inventory” testidan foydalanish orqali bolaning o‘zini qadrlash darajasi aniqlanadi. Bu tizim orqali bolaning rivojlanishidagi ijobiy o‘zgarishlar kuzatiladi, individual yondashuv samaradorligi oshadi.

#### Individual ta’lim rejasini ishlab chiqish

Har bir bolaning shaxsiy rivojlanish xususiyatlari va ehtiyojlari turlicha. Shu sababli inklyuziv ta’limda individual ta’lim rejasini ishlab chiqish zarur. Bunday reja bolaning kuchli va zaif tomonlarini inobatga olgan holda, unga moslashtirilgan o‘quv maqsadlarini belgilaydi.

Individual reja quyidagi elementlarni o‘z ichiga oladi:

- Bolaning kuchli tomonlarini aniqlash;
- Qiyinchiliklarni bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqish;
- Moslashtirilgan o‘quv materiallari va metodlarni qo‘llash;
- Psixologik qo‘llab-quvvatlash choralari belgilash.

U. Bronfenbrenner nazariyasiga ko‘ra, shaxs rivojlanishi individual, ijtimoiy va madaniy omillar o‘zaro ta’sirida kechadi. Shu bois individual reja bolani markazga qo‘ygan yondashuvni ta’minlaydi. Masalan, muloqotda qiynalayotgan bola uchun kichik guruhlarda ishlash yoki juftlik mashg‘ulotlari tashkil etish samarali natija beradi. Natijada bola o‘z imkoniyatlari doirasida muvaffaqiyatga erishadi va o‘ziga bo‘lgan ishonchni mustahkamlaydi.

#### Ijobiy mustahkamlash tizimini joriy etish

Inklyuziv muhitda bolaning kichik yutuqlarini e’tirof etish va rag‘batlantirish muhimdir. Ijobiy mustahkamlash bolaning motivatsiyasini, o‘ziga ishonchini va emotsional barqarorligini oshiradi.

Rag‘batlantirish shakllari:

- Og‘zaki maqtoov va e‘tirof (“Ajoyib!”, “Sen bunga erishding!”)
- Belgilar yoki yulduzchalar orqali baholash tizimi
- Guruh oldida muvaffaqiyatni tan olish
- Ijobiy fikr-mulohazalar (feedback) berish

A. Bandura nazariyasiga ko‘ra, ijobiy rag‘bat shaxsning o‘zini samarali deb his qilishini kuchaytiradi. Deci va Ryan (2000) tadqiqotlarida ham rag‘batlantirish ichki motivatsiyani oshirishi isbotlangan. Masalan, har hafta “Eng faol ishtirokchi” sertifikatini berish bolaning sinfdagi obro‘cini oshiradi va o‘zini qadrlash hissini kuchaytiradi. Bu yondashuv ta’limga ijobiy munosabatni shakllantiradi.

Ota-onalar bilan hamkorlikni kuchaytirish

Inklyuziv ta’limda bolaning muvaffaqiyatli rivojlanishi uchun maktab va oila o‘rtasidagi hamkorlik zarur. Ota-onalar ta’lim jarayonining faol ishtirokchisiga aylanishi lozim.

Hamkorlik yo‘nalishlari:

- Ota-onalar uchun psixologik seminar va treninglar o‘tkazish;
- Uyda bolani rag‘batlantirish usullarini o‘rgatish;
- Bolaning o‘qishdagi muvaffaqiyatlari haqida muntazam axborot berish.

Bronfenbrennerning ekologik tizimlar modeliga ko‘ra, oila bola rivojlanishining asosiy mikrosistemi hisoblanadi. Ota-ona va maktab o‘rtasidagi uyg‘unlik bolada psixologik barqarorlikni ta’minlaydi. Masalan, haftalik rivojlanish kundaligi orqali ota-ona va o‘qituvchi bolaning ijobiy xulq-atvorlarini kuzatadi va tahlil qiladi. Bu bolaning o‘zini qadrlashini oshiradi.

О'qituvchilar uchun psixologik-pedagogik treninglar

Inklyuziv ta'limda asosiy rol o'qituvchiga tegishli bo'lib, ularning psixologik kompetensiyasi, empatiyasi va moslashuvchanligi yuqori bo'lishi zarur.

Treninglar quyidagi yo'nalishlarda tashkil etiladi:

- Empatiya va emotsional intellektni rivojlantirish;
- Stress menejment va konfliktlarni boshqarish ko'nikmalari;
- Inklyuziv metodlar va moslashtirilgan o'quv strategiyalari;
- Ijtimoiy-psixologik kommunikatsiya ko'nikmalarini shakllantirish.

OECD (2022) tadqiqotlariga ko'ra, inklyuziv tayyorgarlikdan o'tgan o'qituvchilar sinfdagi ijtimoiy muhitni sezilarli darajada yaxshilaydi. Masalan, oyda bir marotaba o'tkaziladigan "Stressni boshqarish" treninglari o'qituvchilarning hissiy barqarorligini oshiradi va ularning bolalarga nisbatan ijobiy yondashuvini kuchaytiradi.

### XULOSA

Inklyuziv ta'lim — zamonaviy ta'lim tizimining insonparvarlik tamoyillariga asoslangan, barcha bolalar uchun teng imkoniyatlar yaratishga qaratilgan pedagogik yondashuvdir. Ushbu tizimda maxsus ehtiyojli bolalar sog'lom tengdoshlari bilan birgalikda ta'lim-tarbiya olish imkoniga ega bo'lib, bu ularning psixologik, ijtimoiy va emotsional rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, inklyuziv muhitda ta'lim olayotgan bolalarda **o'ziga ishonch, o'zini qadrlash, ijtimoiy faollik, muloqot madaniyati, empatiya va tolerantlik** kabi ijobiy psixologik sifatlar shakllanadi. Bunday muhit bolalarda o'z imkoniyatlariga ishonchni mustahkamlab, jamiyatda o'z o'rnini topishga, shaxsiy o'sish va mustaqillikka intilishni rag'batlantiradi.

Inklyuziv ta'lim jarayonida o'qituvchilar, psixologlar va ota-onalar o'rtasidagi hamkorlik muhim ahamiyat kasb etadi. Bu hamkorlik orqali bolaga individual yondashuv, psixologik qo'llab-quvvatlash, ijobiy motivatsiya va rag'bat berish tizimi

yo'lga qo'yiladi. Natijada bolalarda o'qishga bo'lgan ishtiyoq, o'zini ifoda etish, guruhda ishlash va boshqalar bilan ijobiy munosabatlar o'rnatish ko'nikmalari rivojlanadi.

Shuningdek, inklyuziv ta'lim bolalarda **emotsional barqarorlik** va **stressga chidamlilik**ni oshiradi. Ular o'z muammolarini hal etish ko'nikmalarini egallaydi, o'zaro yordam va hamjihatlik ruhida shakllanadi. Bu esa ularning shaxs sifatida to'liq rivojlanishiga xizmat qiladi.

#### *Foydalanilgan adabiyotlar*

1. Vygotsky, L. S. (1934). Thought and Language.
2. Bronfenbrenner, U. (2005). Ecological Systems Theory.
3. Maslow, A. (1954). Motivation and Personality.
4. Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control.
5. Rogers, C. (1961). On Becoming a Person.
6. UNESCO (2023). Inclusive Education: Global Report.
7. Karimova, N. (2023). Psixologik rivojlanish va inklyuziv yondashuv. Toshkent: TDPU.
8. OECD (2022). Inclusive Education and Learning Outcomes.