



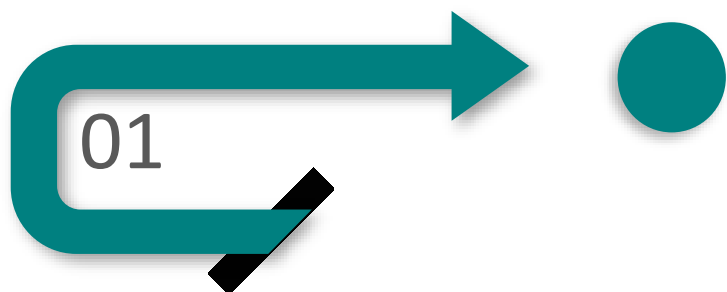
MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



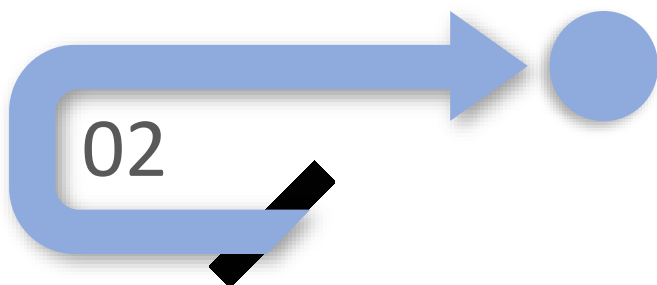
O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI TA'LIMNI
RIVOJLANTIRISH RESPUBLIKA
ILMIY-METODIK MARKAZI

KORREKSIYA VA KORREKSION METODIKALAR

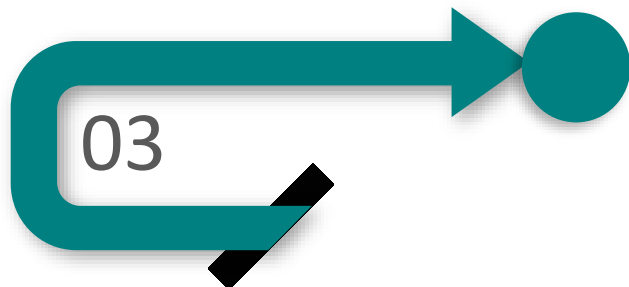
REJA



Korreksiya haqida tushuncha



**Korreksion metodikalar haqida
tushuncha**



Korreksiya metodikalarni qo'llash

MAQSAD

Psixologlarda korreksiya tushunchasi va uning vazifalari haqida bilim shakllantirish.

Yosh xususiyatlariga ko'ra qo'llaniladigan korreksion metodikalar bilan tanishtirish.

Amaliy mashg'ulotlar orqali psixologik muammolarni aniqlash va ularga mos korreksiya usullarini tanlash ko'nikmasini rivojlantirish.

Psixologlarning kasbiy kompetensiyalarini oshirish.

VAZIFA



Shaxs va bolaning psixologik rivojlanishida yuzaga keladigan muammolarni aniqlash, Destruktiv fikr, emotsiya va hulq-atvorni tuzatish (korreksiya qilish) usullarini o'rgatish.



Korreksion metodikalarning turlari va ularni amaliyotda qo'llashni ko'rsatish, psixologik yordam ko'rsatish jarayonida ilmiy asoslangan yondashuvlardan foydalanishga tayyorlash.

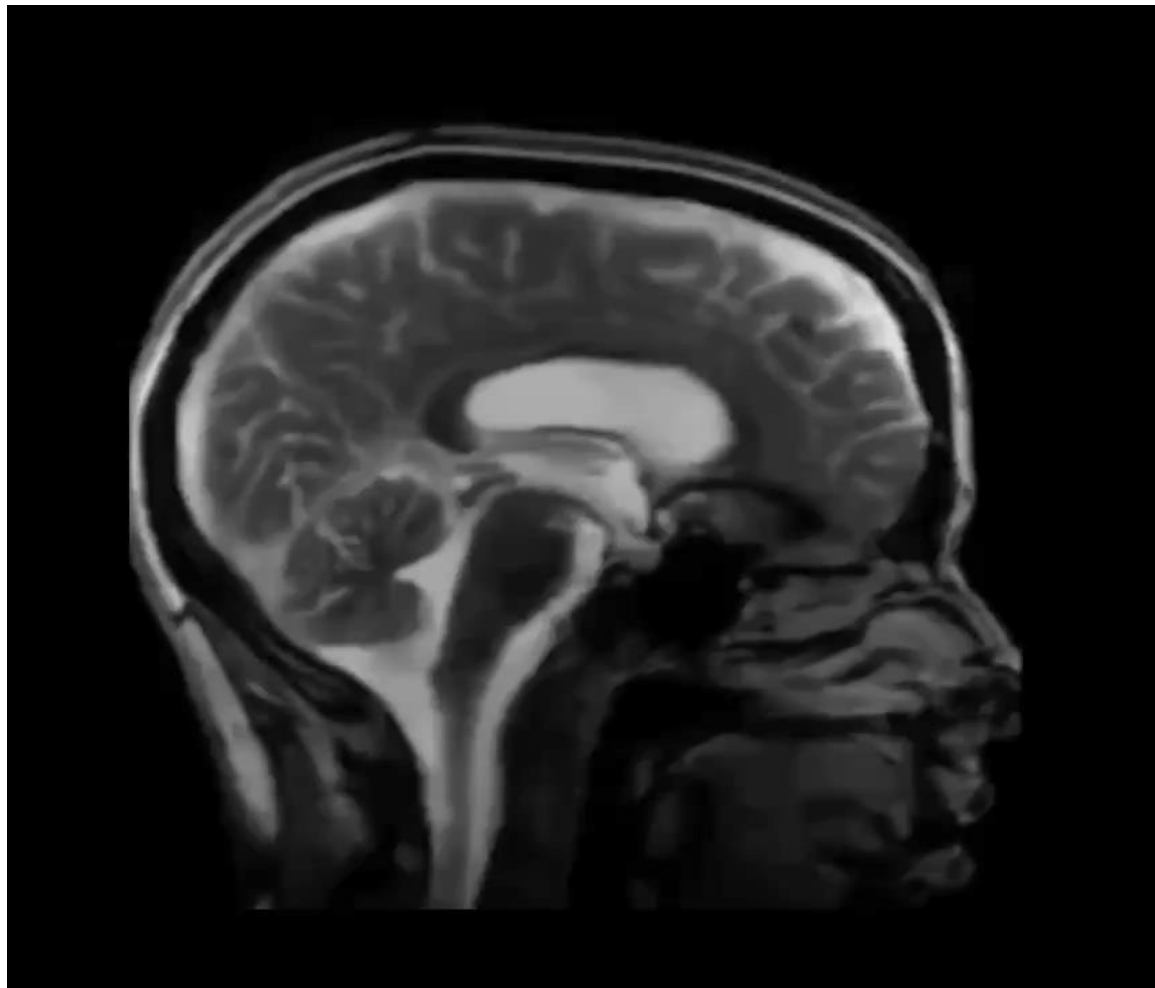


Psixologik amaliyotda qo'llaniladigan diagnostika va korreksiya metodlarini tanlash, tahlil qilish va samarali qo'llash malakasini rivojlantirishni ko'zda tutadi.

**“Assotsiatsiyalar” mashqi: "korreksiya" soʻzini
bilan bogʻliq birinchi fikringizni yozing.**



Miya ish faoliyati biopsixo ijtimoiy yondashuv



Biopsixoi jtimoiy yondashuv

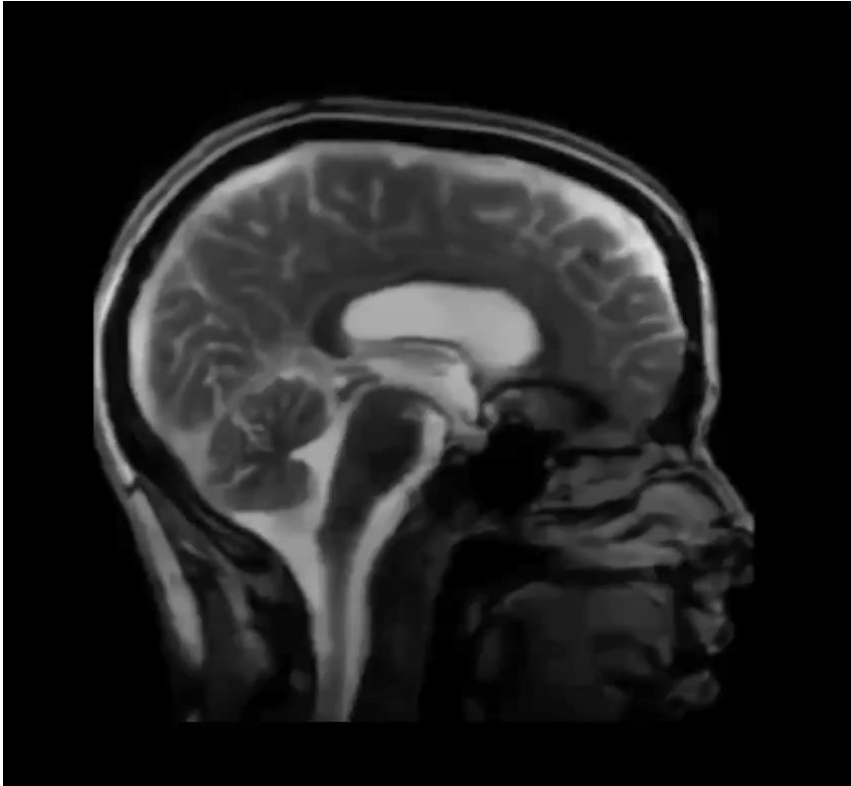
Bu yondashuv bola salomatligi va rivojlanishini uch omil birgalikda belgilashini ko'rsatadi:

Biologik omillar – genetik meros, asab tizimi, miya faoliyati, gormonal tizim, sog'liq holati.

Psixologik omillar – fikr, hissiyot, motivatsiya, stressga qarshi kurashish usullari, shaxsiy xususiyatlar.

Ijtimoiy omillar – oila, do'stlar, jamiyat, madaniyat, iqtisodiy sharoit, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash.

Miya ish faoliyati biopsixo ijtimoiy yondashuv



Psixologik nuqtai nazardan izoh

Bolaning ruhiy salomatligi faqatgina ichki psixik jarayonlarga bogʻliq emas, balki

- biologik** (masalan, neyrotransmitterlar balansi, garmonlar balansi),
- **ijtimoiy** (oila muhiti, jamiyatdagi oʻrni) omillar bilan ham chambarchas bogʻliq.

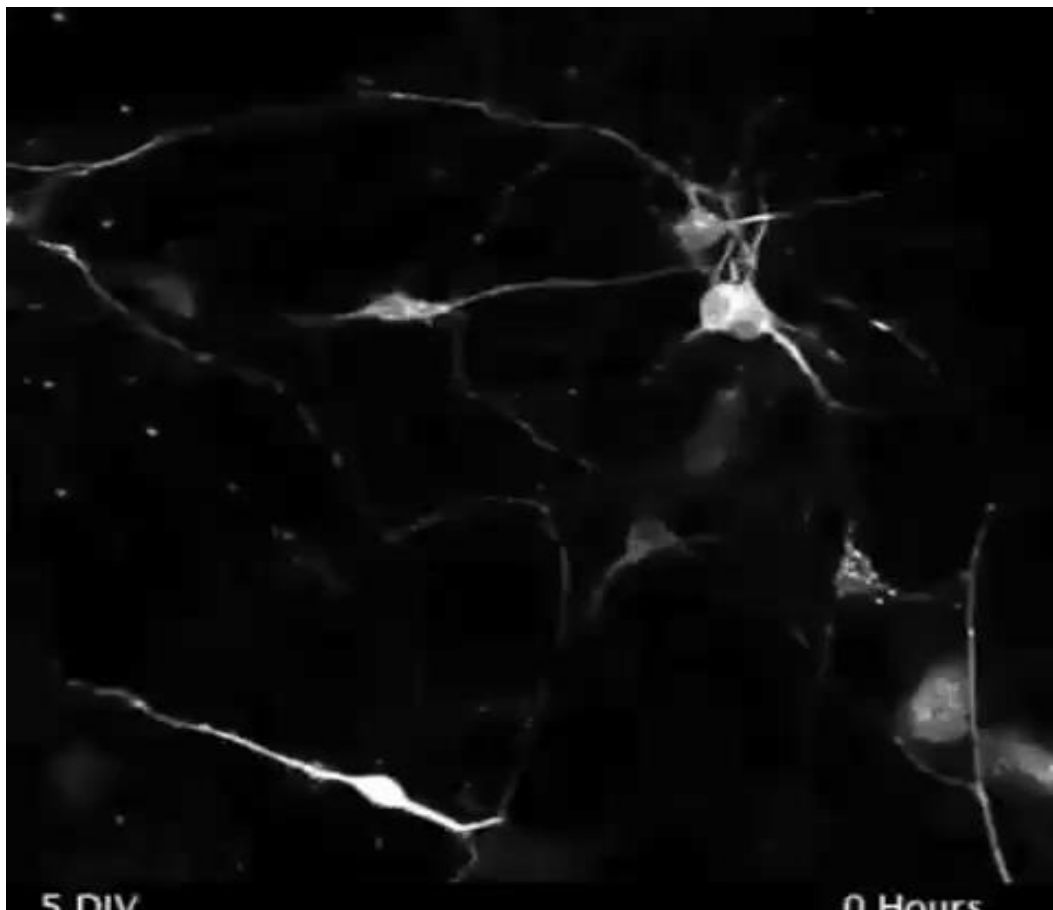
Masalan, **depressiyani** olaylik:

- Biologik: serotonin yetishmovchiligi;
- Psixologik: salbiy fikrlash, oʻzini qadrlamaslik;
- Ijtimoiy: yolgʻizlik, qoʻllab-quvvatlashning yoʻqligi.

Shu sababli samarali davolash va psixokorreksiya **biopsixoi jtimoiy yondashuv** asosida olib boriladi.

Oddiy qilib aytganda: Bolani **tushunish va unga yordam berish uchun biologik, psixologik va ijtimoiy omillarni birgalikda koʻrib chiqish kerak.**

Hujayralar voqea hodisalar asosida (S) bir-biri bilan maxsus aloqalar – **sinapslar** orqali ulanadi. Bu jarayon natijasida insonda **fikrlash, ilmni anglash va idrok qilish** yuz beradi



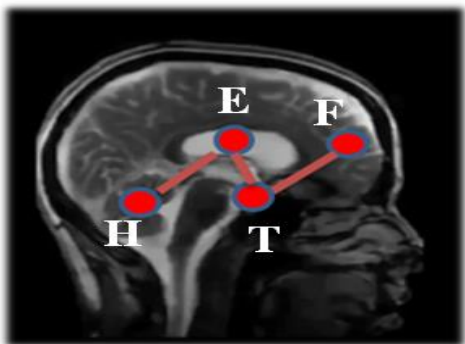
Bolaning psixologik rivojlanishi

Bola yashab o'tgan voqea-hodisalar (S) uning o'ziga va atrof-muhitga bo'lgan qarashlarini shakllantiradi. (R) Ushbu qarashlar (asosiy fikrlar va ishonchlar) shaxsning butun hayoti davomida uning xulq-atvori va qarorlariga ta'sir ko'rsatadi.

Kelajakda u o'xshash voqea-hodisalarni (triger (T) ham aynan shu shakllangan qarashlar orqali idrok etadi.

Bu jarayon ko'pincha ong ostida, ya'ni anglanilmagan holda sodir bo'ladi.

-Psixologik jarohatlar (kuchuk misol)



Miya ish faoliyati

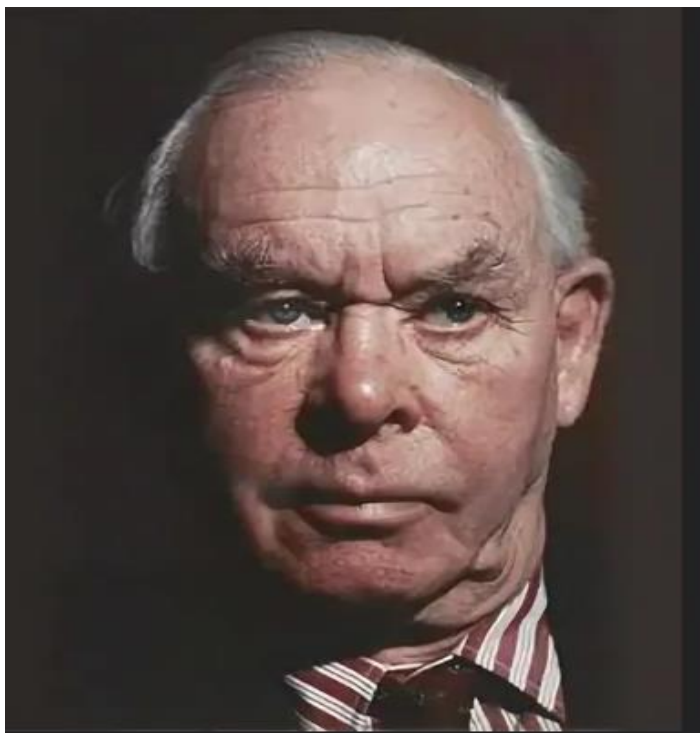
Harf	Ma'nosi	Izoh	Misol
F	Fikr	Insonning ongida paydo bo'ladigan o'y, mulohaza, qarashlar	"Men buni uddalay olmayman" deb o'ylash
E	Emotsiya	Fikrlar ta'sirida yuzaga keladigan hissiyotlar	Qo'rquv, xursandchilik, g'azab
T	Tana	Emotsiyalar tanada aks etadi, fiziologik o'zgarishlar paydo bo'ladi	Yurak tez urishi, qo'l titrashi, yuz qizarishi
H	Hulq-atvor	Fikr, emotsiya va tana holati natijasida paydo bo'ladigan xatti-harakatlar	Suhbatdan qochish, yordam so'rash, kulib javob berish

FETH (Fikr – Emotsiya – Tana – Hulq-atvor) jadvalining psixoterapiyada qo'llanilishi

Element	Psixoterapiyada qo'llanishi	Misol
F – Fikr	Kognitiv terapiyada mijozning salbiy avtomatik fikrlarini aniqlash va o'zgartirish uchun ishlatiladi.	“Men hech narsaga yaramayman” fikrini “Men ko'p narsani o'rganishim mumkin” ga almashtirish.
E – Emotsiya	Emotsiyalarni tanib olish, nomlash va ularni boshqarishni o'rgatish.	Qo'rquvni aniqlab, uni tinchlantiruvchi texnikalar orqali kamaytirish.
T – Tana	Tana sezgilarini kuzatish, mushaklarni bo'shashtirish va nafas mashqlari orqali stressni kamaytirish.	Mijozga nafas olish mashqlarini o'rgatish, tanadagi taranglikni kuzatish.
H – Hulq-atvor	Salbiy odatlar o'rniga mos va sog'lom hulq-atvorni shakllantirish.	Mijoz qo'rqqanida qochish o'rniga qo'llab-quvvatlovchi odam bilan gaplashishga odatlanadi.

Psixoterapevt uchun foydasi:

Mijozning muammosini **4 darajada** (fikr, emotsiya, tana, hulq) ko'rish imkonini beradi. Qaysi darajada “uzilish” borligini aniqlash osonlashadi. Mijozni o'z-o'zini kuzatishga o'rgatadi (self-monitoring).



Dj. Boulbi (bog'lanish nazariyasi) asosida bolaning 5 asosiy emotsional ehtiyoji



Boulbi nazariyasiga ko'ra, bolaning asosiy emotsional ehtiyojlari bolaning **ona (yoki parvarish qiluvchi shaxs) bilan xavfsiz emosional bog'lanishi** orqali shakllanadi.

Bolaning asosiy emotsional ehtiyojlari



Bolaning asosiy emotsional ehtiyojlari qondirilmasa



Psixologik nuqtai nazardan:

Agar bu ehtiyojlar qondirilmasa, bola ichida “disfunktional sxemalar” shakllanadi (masalan, tashlab ketilish, rad etilish, qaramlik), bu esa keyinchalik kattalik davrida uning emotsional hayotiga salbiy ta’sir ko’rsatadi.

Dj. Boulbi (bog’lanish nazariyasi) asosida bolaning 5 asosiy emotsional ehtiyoji:

1. Xavfsizlik va barqaror bog’lanish

Bola o’zini himoyalangan, tashlab ketilmaydigan va yaqin odam tomonidan qo’llab-quvvatlanadiganini his qilishi kerak.

2. Sevgi va qabul qilinish

Bola qanday bo’lsa ham, shundayligicha qabul qilinishi va mehr-muhabbat ko’rishi zarur.

3. Mustaqillik va erkin rivojlanish

Bola o’z tanlovi va tashabbuslarini sinab ko’rishi, xatolaridan o’rganishi uchun imkoniyatga ega bo’lishi kerak.

4. Erkin ifoda va o’yin

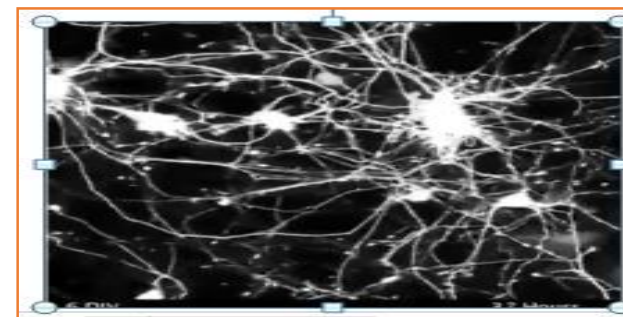
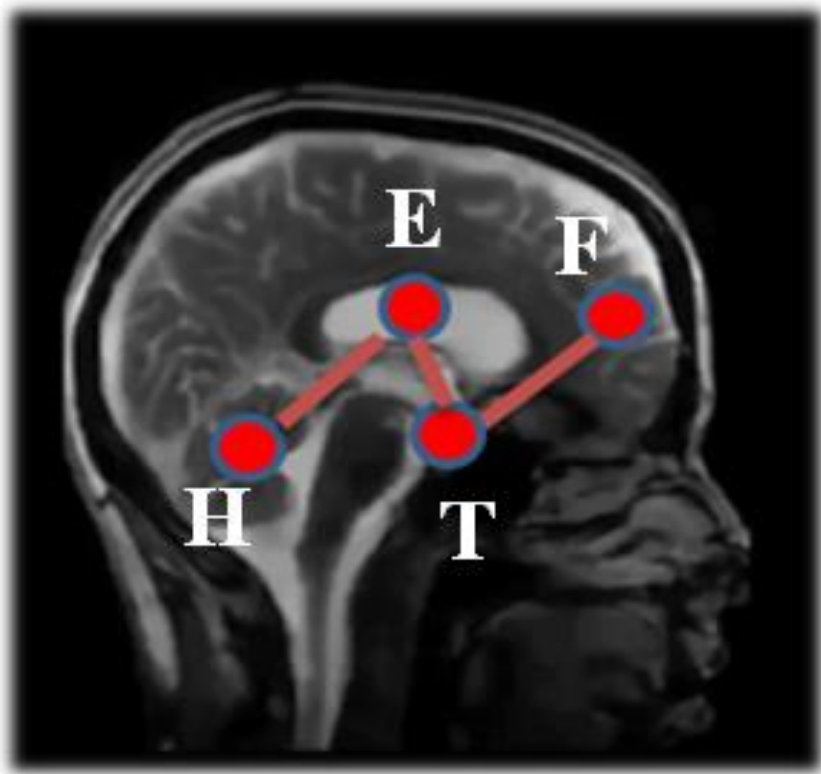
Bola his-tuyg’ularini erkin bildirish va o’yin orqali o’zini ifoda etishga sharoit topishi lozim.

5. Chegaralar va tartib

Bola uchun aniq qoidalar va chegaralar mavjud bo’lishi, lekin ular mehribonlik bilan o’rnatilishi zarur.



Bolaning asosiy emotsional ehtiyojlari qondirilmasa destruktiv fikrlar, his tuyg'ular va hulq-atvor shakllanadi bu esa uni umrbod boshqaradi.



Korreksiya bu.....

- "Korreksiya" (lotincha correctio – "to'g'rilash", "tuzatish") psixologiyada shaxsning rivojlanishidagi muammoli yoki noqulay holatlarni tuzatish, yumshatish yoki yo'qotishga qaratilgan maqsadli psixologik ta'sir jarayonini anglatadi.

Ya'ni:

- Boladagi xulq-atvor, his-tuyg'u yoki kognitiv jarayonlardagi qiyinchiliklarni aniqlash va tuzatish;
- Rivojlanish normasiga to'sqinlik qilayotgan holatlarni yengillashtirish;
- Bolaning salbiy tajribalarini ijobiy yo'nalishga o'zgartirish;
- Shaxs rivojlanishini yordamchi va to'g'ri yo'nalishga qaratilgan jarayon.

PSIXOLOGIK NUQTAI NAZARDAN

Destruktiv fikrlar → “Men yaramayman”, “Meni hech kim sevmaydi” kabi bolalikdan shakllangan irratsional ishonchlar.

Destruktiv hissiyotlar → qoʻrquv, gʻazab, aybkorlik hissi.

Destruktiv hulq-atvor → tajovuzkorlik, yopiq boʻlib qolish, qochish.

Korektsiya jarayonida:

Bola oʻzini tushunilgan va qabul qilinganini his qiladi.

Mutaxassis bolaning hissiyotlarini ifoda etishga yordam beradi.

Boladagi salbiy fikr va hislar asta-sekin konstruktiv, sogʻlom shaklga oʻtadi.

Yangi, ijobiy hulq-atvor shakllanadi.

Oddiy qilib aytganda: **Korektsiya — bolaning psixik rivojlanishini toʻgʻri yoʻnalishga qaytarish jarayoni.**

Korreksiyaning asosiy vazifalari

- **Psixologik muammolarni aniqlash va ularni yumshatish**
- Agressivlik, qo'rquv, muloqotda qiyinchilik, yomon odatlar kabi holatlarni aniqlab, bolaga yordam berish.
- **Rivojlanishda orqada qolishni oldini olish**
- Xotira, diqqat, nutq, fikrlash kabi kognitiv jarayonlarni rivojlantirish orqali bolaning bilim olish jarayonini yengillashtirish.
- **Emotsional holatni barqarorlashtirish**
- Bolaning o'ziga ishonchi, o'zini qadrlashini oshirish, xavotir va stress darajasini pasaytirish.
- **Muloqot va ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish.**
- Tengdoshlar bilan o'yinlarda hamkorlik qilish, jamoada ishlash, hissiyotlarni to'g'ri ifoda etishni o'rgatish.
- **Shaxsiy resurslarni rivojlantirish.**
- Bolada ijodkorlik, mustaqil qaror qabul qilish, qiyinchiliklarni yengish kabi shaxsiy imkoniyatlarni qo'llab-quvvatlash.
- **Profilaktika bilan uyg'unlikda ishlash**
- Korreksiya nafaqat muammo borida, balki uning oldini olishda ham muhim (masalan, stressga chidamlilik mashqlari).

Korreksiya nima?

Korreksiya — bu faqat "tuzatish" emas, balki bolaning rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, uning ichki resurslarini ochish va sog'lom shaxs sifatida o'sishiga sharoit yaratishdir.

Maktabgacha yoshda qo'llaniladigan asosiy korreksion metodikalar

- **1. O'yin terapiyasi.** O'yin – maktabgacha yoshdagi bolaning asosiy faoliyati bo'lgani uchun terapiya jarayonida ham eng samarali vositadir.
- **2. Art-terapiya (rasm, qum, qo'g'irchoqlar).** Art-terapiya – bolaning ichki dunyosini ijodiy faoliyat orqali ifoda etish usuli.
- **3. Musiqa terapiyasi.** Musiqa bolaning emotsional holatini yumshatish va tartibga solishda muhim ahamiyatga ega.
- **4. Relaksatsiya va nafas mashqlari.** Bolalarda stress, qo'rquv yoki tashvish bo'lganda qo'llaniladi.

KEYS

1. Agresiv bola



2. Qo'rquvchan bola



3. Muloqot qiyinchiligi



YOSH XUSUSIYATLARIGA MOS RAVISHDA QO'LLANILADIGAN KORREKTSION METODIKALAR

3 yoshli bolalar uchun korreksion metodikalar

- ◆ Maqsad: nutq, sensor rivojlanish, emotsional barqarorlikni shakllantirish.
- Predmetli o'yinlar: turli rangdagi kubiklarni terish, piramidachalarni yig'ish.
- Nutq rivojlantirish o'yinlari: "Qaysi hayvon qanday ovoz chiqaradi?" mashqi.
- Art-terapiya: qo'l bilan bo'yash, loydan sodda shakllar yasash.
- Hissiy korrektsiya: "Yaxshi-yomon kayfiyat" kartochkalari orqali hissiyotlarni ajratish.

4 YOSHLI BOLALAR UCHUN KORREKTSION METODIKALAR

◆ Maqsad: diqqat, xotira va nutqni rivojlantirish.

- Diqqat mashqlari: “Ortib qolgan narsani top” (rasmda keraksiz predmetni topish).
- Nutqni rivojlantirish: qisqa she’r yoki ertaklarni yod olish.
- Rolli o‘yinlar: “Do‘konda”, “Shifokor” kabi ijtimoiy vaziyatlarni o‘ynash.
- Hissiyotlarni boshqarish: “Qog‘ozni g‘ijimla va qo‘rquvingni chiqar” mashqi.

5 YOSHLI BOLALAR UCHUN KORREKTSION METODIKALAR

◆ Maqsad: ijodkorlikni, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish.

- Art-terapiya: ertak qahramonini chizish va unga ism qo'yish.
- Nutq mashqlari: "Gapni davom ettir" o'yini (psixolog gapni boshlaydi, bola tugatadi).
- Ijtimoiy o'yinlar: "Do'stinga yordam beraman" (bola sherigiga yordam beradigan vaziyat yaratish).
- Harakatli o'yinlar: "Signal ranglari" (qizil – to'xtash, yashil – yurish, sariq – tayyorlanish).

6 YOSHLI BOLALAR UCHUN KORREKTSION METODIKALAR

- ◊ Maqsad: maktabga tayyorgarlik, tafakkur va muloqot ko'nikmalarini mustahkamlash.
- Mantiqiy mashqlar: “Ortiqchasini top” (4 ta predmetdan mos kelmaydiganini ajratish).
- Rolli o'yinlar: “O'qituvchi va o'quvchi” o'yini.
- Nutqni rivojlantirish: hikoya tuzish (rasmlar asosida voqea yaratish).
- Relaksatsiya mashqlari: “Bulut bo'lib uchamiz” – bola ko'zlarini yumib, bulut tasavvur qiladi.

7 YOSHLI BOLALAR UCHUN KORREKTSION METODIKALAR

◆ Maqsad: maktabga psixologik tayyorlash, ijtimoiy moslashuvni oshirish.

- Trening o'yinlari: "Tanishing" (bolalar doira bo'lib turadi va o'zlarini tanishtiradi).
- Diqqat mashqlari: "Farqli narsani top" – ikki o'xshash rasmdan farqlarni topish.
- Nutq va tafakkur: "Nega?" va "Nima uchun?" savollariga javob berish o'yinlari.
- Stressni kamaytirish mashqlari: chuqur nafas olish, "Sehrli qo'l" (qo'lini yuragiga qo'yib tinchlanish).

Rolli o'yin

-  1. “Do‘konda” rolli o‘yini
-  2. “Shifokor va bemor”
-  3. “Oilada”
-  4. “Do‘stlik ko‘prigi”
-  5. “Qahramon va qo‘rqinchli hayvon”

“Bir so‘z bilan fikringiz”





MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI TA'LIMNI
RIVOJLANTIRISH RESPUBLIKA
ILMIY-METODIK MARKAZI



Ishtirokingiz uchun rahmat!