

INKLYUZIV TA'LIMGA JALB ETILGAN BOLLARDAGI IJOBIY PSIXOLOGIK O'ZGARISHLAR

*Marhamat tuman "Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi psixologi
Normamatova Gulzinur Abdig'offor qizi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada inklyuziv ta'lim muhitida tahsil olayotgan bolalarda yuzaga keladigan ijobiy psixologik o'zgarishlar ilmiy jihatdan tahlil etiladi. Xususan, bolalarning ijtimoiy moslashuvi, o'ziga bo'lgan ishonchi, emotsional barqarorligi, kommunikativ faolligi va shaxslararo munosabatlaridagi o'zgarishlar yoritib beriladi. Tadqiqot natijalari inklyuziv ta'lim bolaning shaxs sifatida rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi

.Kalit so'zlar: Inklyuziv ta'lim, ijobiy psixologik o'zgarishlar, maxsus ehtiyojli bolalar, ijtimoiy moslashuv, emotsional barqarorlik, kommunikativ rivojlanish.

Аннотация: В статье проводится научный анализ положительных психологических изменений у детей, обучающихся в условиях инклюзивного образования. Рассматриваются особенности социальной адаптации, уровня самооценки, эмоциональной устойчивости, коммуникативной активности и межличностных отношений детей. Результаты исследования подтверждают, что инклюзивное образование оказывает положительное влияние на формирование личности ребёнка.

Ключевые слова: Инклюзивное образование, положительные психологические изменения, дети с особыми образовательными потребностями, социальная адаптация, эмоциональная устойчивость, коммуникативное развитие.





Annotatcion: This article provides a scientific analysis of positive psychological changes observed in children involved in inclusive education. Special attention is paid to the development of social adaptation, self-confidence, emotional stability, communication skills, and interpersonal relationships. The results of the study confirm that inclusive education has a positive impact on the personal development of children.

Keywords: Inclusive education, positive psychological changes, children with special needs, social adaptation, emotional stability, communication development.

KIRISH

Bugungi kunda jamiyat taraqqiyoti, inson kapitalining rivojlanishi va ta'lim tizimining insonparvarlik tamoyillari asosida tashkil etilishi har bir shaxsning imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishni taqozo etmoqda. Ayniqsa, jismoniy, ruhiy yoki intellektual rivojlanishida cheklovlari bo'lgan bolalarni jamiyatdan ajratmagan holda tarbiyalash, ularning ta'lim olish huquqini ta'minlash va mustaqil hayotga tayyorlash zamonaviy ta'lim siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, inklyuziv ta'lim tushunchasi bugungi kunda nafaqat pedagogik, balki ijtimoiy-psixologik, huquqiy va madaniy ahamiyatga ega bo'lgan muhim ta'lim modeli sifatida e'tirof etilmoqda.

Inklyuziv ta'lim barcha bolalar, jumladan, maxsus ta'lim ehtiyojlariga ega bo'lgan bolalarning umumiy ta'lim tizimiga jalb etilishini, ularning sog'lom tengdoshlari bilan teng huquqli sharoitda ta'lim-tarbiya olishini ta'minlashga qaratilgan jarayondir. Bu ta'lim shakli bolalar o'rtasida tenglik, bag'rikenglik, hamkorlik va ijtimoiy adolat tamoyillarining qaror topishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, inklyuziv ta'lim jamiyatda nogironlikka nisbatan mavjud stereotip va ijtimoiy to'siqlarni bartaraf etishga, shaxsning ijtimoiy faolligini oshirishga imkon yaratadi.



So'nggi yillarda Respublikamizda inklyuziv ta'lim tizimini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Normativ-huquqiy hujjatlar, davlat dasturlari va pedagogik islohotlar orqali maxsus ehtiyojli bolalarning umumta'lim muassasalarida ta'lim olishlari uchun zarur shart-sharoitlar yaratilmoqda. Biroq inklyuziv ta'lim faqatgina tashkiliy-pedagogik masala bo'lib qolmay, balki chuqur psixologik mohiyatga ega murakkab jarayon ham hisoblanadi. Chunki inklyuziv muhitda bolaning shaxs sifatida shakllanishi, emotsional holati, o'ziga bo'lgan ishonchi, ijtimoiy munosabatlarga kirishish darajasi bevosita psixologik omillar bilan chambarchas bog'liqdir.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, alohida ta'lim ehtiyojlariga ega bo'lgan bolalar an'anaviy sharoitda ko'pincha ijtimoiy cheklanish, kommunikativ qiyinchiliklar, past o'zini baholash, xavotir va emotsional beqarorlik kabi holatlarga duch keladilar. Inklyuziv ta'lim esa aynan ushbu psixologik muammolarni bartaraf etishga xizmat qiluvchi samarali mexanizm sifatida namoyon bo'lmoqda. Chunki umumiy ta'lim muhitiga jalb etilgan bola o'zini jamiyatning to'laqonli a'zosi sifatida his eta boshlaydi, tengdoshlari bilan ijtimoiy munosabatlarga kirishadi, o'z qobiliyatlarini namoyon etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Inklyuziv ta'limning psixologik ahamiyati shundaki, u bolalarda nafaqat bilim va ko'nikmalarni rivojlantiradi, balki shaxsning ichki dunyosiga, emotsional-irodaviy sohasiga, motivatsion tizimiga ham kuchli ta'sir ko'rsatadi. Xususan, inklyuziv muhitda tahsil olayotgan bolalarda ijobiy "Men" konsepsiyasi shakllanadi, o'ziga bo'lgan ishonch ortadi, muloqot qilish ehtiyoji kuchayadi, qo'rquv va xavotir darajasi kamayadi. Bu esa ularning ijtimoiy moslashuvini sezilarli darajada yengillashtiradi.

Shu bilan birga, inklyuziv ta'lim sog'lom tengdoshlarda ham muhim psixologik o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Ular bag'rikenglik, empatiya, ijtimoiy

mas'uliyat, o'zaro yordam kabi yuksak insoniy fazilatlarni o'zlashtirib boradilar. Bu esa jamiyatda sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitning shakllanishiga xizmat qiladi.

Yuqoridagi fikr-mulohazalardan kelib chiqib aytish mumkinki, inklyuziv ta'limga jalb etilgan bolalardagi ijobiy psixologik o'zgarishlarni ilmiy asosda o'rganish, ularning ruhiy rivojlanish mexanizmlarini tahlil qilish bugungi psixologiya va pedagogika fanlari oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir. Mazkur maqolaning asosiy maqsadi ham inklyuziv ta'lim muhitida tahsil olayotgan bolalarda yuzaga keladigan ijobiy psixologik o'zgarishlarni nazariy va amaliy jihatdan tadqiq etishdan iboratdir.

Inklyuziv ta'limning psixologik mohiyati

Inklyuziv ta'lim zamonaviy ta'lim tizimining insonparvarlik tamoyillariga asoslangan muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib, uning asosiy maqsadi barcha bolalarning, jumladan, jismoniy, aqliy yoki psixik rivojlanishida muayyan cheklovlarga ega bo'lgan bolalarning ham teng huquqli tarzda sifatli ta'lim olish imkoniyatini ta'minlashdan iboratdir. Inklyuziv ta'lim nafaqat pedagogik jarayon sifatida, balki chuqur psixologik mohiyatga ega bo'lgan murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida ham namoyon bo'ladi. Chunki bu jarayon bola shaxsining barcha psixik sohalariga — kognitiv, emotsional, irodaviy va motivatsion tizimlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik nuqtai nazardan inklyuziv ta'lim shaxs rivojlanishining ijtimoiy tabiati haqidagi qarashlarga asoslanadi. Jumladan, L.S. Vigotskiy tomonidan ilgari surilgan "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasiga ko'ra, bola rivojlanishida ijtimoiy muhit, ayniqsa, kattalar va tengdoshlar bilan o'zaro hamkorlik hal qiluvchi ahamiyatga ega. Inklyuziv muhit aynan shunday rivojlantiruvchi muhitni yaratadi, ya'ni maxsus ehtiyojli bola sog'lom tengdoshlari bilan muloqot qilish orqali o'z



imkoniyatlarini kengaytiradi, o'zlashtirish jarayonida yangi psixologik sifatlarni egallaydi.

Inklyuziv ta'lim muhitida bolaning o'zini anglash jarayoni sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tariladi. An'anaviy maxsus muassasalarda ta'lim olayotgan bolalarda ko'pincha "men boshqalardan farq qilaman" degan salbiy psixologik tasavvur shakllanadi. Inklyuziv muhit esa aksincha, bolada "men jamiyatning teng huquqli a'zosiman" degan ijobiy "Men" konsepsiyasining shakllanishiga xizmat qiladi. Bu holat bolaning shaxsiy qadr-qimmati, o'z-o'zini baholashi va o'ziga bo'lgan ishonchi oshishiga olib keladi.

Inklyuziv ta'limning muhim psixologik jihatlaridan yana biri — bu bolaning ijtimoiy moslashuv jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatishidir. Ijtimoiy moslashuv shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy rollarni egallashi, me'yor va qadriyatlarni o'zlashtirishi, shuningdek, turli ijtimoiy vaziyatlarda o'zini tutish malakalarini shakllantirishi bilan bog'liq jarayondir. Inklyuziv muhitda bola kundalik ijtimoiy hayot jarayonlariga tabiiy ravishda jalb etiladi, tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlarda ishtirok etadi, muloqot, hamkorlik, murosaga kelish kabi ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarni egallaydi. Bu esa uning jamiyatga moslashuvini yengillashtiradi.

Shu bilan birga, inklyuziv ta'lim bolaning emotsional sohasiga ham kuchli ta'sir ko'rsatadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy ajratilgan muhitda tarbiyalangan bolalarda qo'rquv, xavotir, yolg'izlik hissi, emotsional beqarorlik kabi salbiy holatlar ko'proq kuzatiladi. Inklyuziv muhitda esa bola doimiy ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, muloqot va hamkorlik muhitida bo'lganligi sababli unda ijobiy emotsiyalar ustunlik qila boshlaydi, emotsional barqarorlik shakllanadi, stressga chidamlilik ortadi.

Inklyuziv ta'limning psixologik mohiyati bolaning motivatsion sohasida yuzaga keladigan o'zgarishlar bilan ham chambarchas bog'liqdir. Ta'lim



jarayoniga teng asoslarda jalb etilgan bola o'zini kamsitilgan shaxs sifatida emas, balki muvaffaqiyatga erisha oladigan, jamoadagi o'rniga ega shaxs sifatida idrok eta boshlaydi. Bu esa uning o'quv motivatsiyasini oshiradi, bilishga bo'lgan qiziqishlarini kuchaytiradi, o'z oldiga maqsad qo'yish va unga erishishga intilish sifatlarini rivojlantiradi.

Inklyuziv muhitda shakllanadigan muhim psixologik sifatlar qatoriga kommunikativ kompetentlik ham kiradi. Tengdoshlari bilan doimiy muloqot jarayonida bola nutqiy faoliyatini rivojlantiradi, his-tuyg'ularini ifoda etishni o'rganadi, boshqalarni tinglash, tushunish, o'z fikrini asoslash kabi ko'nikmalarni egallaydi. Bu esa shaxslararo munosabatlarning sog'lom shakllanishiga olib keladi.

Inklyuziv ta'lim faqat maxsus ehtiyojli bolalarning psixologik rivojiga emas, balki sog'lom tengdoshlarining ham shaxsiy kamolotiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ular ijtimoiy adolat, bag'rikenglik, empatiya, rahm-shafqat, o'zaro yordam kabi yuksak insoniy fazilatlarni o'zlashtiradilar. Bu holat jamiyatda sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, inklyuziv ta'limning psixologik mohiyati — bu bolaning shaxs sifatida har tomonlama rivojlanishini ta'minlovchi murakkab va ko'p qirrali jarayondir. U bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi, ijtimoiy moslashuvini yengillashtiradi, emotsional barqarorligini ta'minlaydi, o'quv va hayotiy faoliyatga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi. Shu bois inklyuziv ta'lim bugungi kunda nafaqat pedagogik, balki psixologik jihatdan ham muhim strategik ahamiyatga ega bo'lgan ta'lim modeli sifatida qaralmoqda.

Inklyuziv ta'limda bolalarda emotsional barqarorlikning kuchayishi

Inklyuziv ta'lim sharoitida bolalarda emotsional barqarorlikning kuchayishi bir qator psixologik omillar bilan bog'liq holda shakllanadi. Avvalo, inklyuziv muhit bolaning o'zini jamoaning to'laqonli a'zosi sifatida his qilishiga yordam

beradi. O'zini qabul qilish hissining kuchayishi emotsional barqarorlikning asosiy manbalaridan biri bo'lib, bola o'zidagi kamchilik yoki cheklovlarni kamsitish emas, tabiiy xususiyat sifatida qabul qila boshlaydi. Shaxsning o'zini qabul qilishi ortgan sari qo'rquv, xijolat, o'zini ayblash kabi salbiy emotsiyalar kamayib boradi.

Inklyuziv ta'lim bolalarda xavotir va qo'rquvni sezilarli darajada kamaytiradi. Maxsus ehtiyojli bolalar ko'pincha "ajralib qolish", "kulgi bo'lish", "qabul qilinmaslik" kabi xavotirlarga moyil bo'ladi. Tengdoshlar bilan birga o'qish esa ularga o'zini "normativ ijtimoiy muhit" ichida ko'rish imkonini beradi. Maktabning qo'llab-quvvatlovchi atmosferasi, sinfda diskriminatsiya va ajratishning yo'qligi bolaning ichki xavotir mexanizmlarini pasaytiradi. Bunday muhitda bola o'zini xavfsiz his qilgan holda ehtiyojlarini, fikrlarini ochiq ayta oladi. Psixologiyada bu holat "psixologik xavfsizlik zonasi" deb yuritiladi.

Inklyuziv ta'limdagi pedagogik qo'llab-quvvatlash ham emotsional barqarorlikning muhim tarkibiy qismidir. O'qituvchilarning mehribon, tushunadigan, sabrli yondashuvi bolaning o'z his-tuyg'ularini boshqarish qobiliyatini shakllantiradi. O'qituvchi tomonidan tanbeh emas, balki rag'bat, konstruktiv maslahat va empatik muloqotning ustuvorligi bolaning o'zini qadrlanishini oshiradi. Bu amaliy tajribalar bolaning hissiy tizimini barqarorlashtiradi, unda ishonch va xotirjamlik tuyg'ulari mustahkamlanadi.

Tengdoshlar bilan o'zaro ijobiy muloqot emotsional barqarorlikka bevosita ta'sir etuvchi eng kuchli omillardan biridir. Inklyuziv sinflarda bolalar o'zaro hamkorlik qiladi, bir-biridan yordam oladi, o'zaro hissiy tajriba almashadi. Bunday ijtimoiy munosabatlar bolaning ijtimoiy qo'llovini kuchaytiradi. Tengdoshlar tomonidan qabul qilinish bolada mehr, do'stlik, ishonch, birdamlik kabi ijobiy hissiyotlarning shakllanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Bunday tajribalar stressni kamaytiradi, salbiy emotsiyalarning tezroq yo'qolishiga yordam beradi.



Inklyuziv ta'lim jarayonida bolalarda stressga chidamlilik ham oshadi. Turli vazifalarni tengdoshlar bilan birgalikda bajarish, mas'uliyatni bo'lishish, murakkab vaziyatlarda yordam so'rash yoki yordam berish kabi jarayonlar bolaning stressni boshqarish strategiyalarini shakllantiradi. Psixologiyada bu strategiyalar "coping mexanizmlari" deb ataladi. Bola asta-sekin qiyinchiliklarni dramatik tarzda emas, balki real baholashga o'rganadi, muammolarga nisbatan pragmatik va tinch yondashishni o'zlashtiradi.

Inklyuziv ta'limda emotsiyalarni to'g'ri ifodalash va boshqarish ko'nikmalarining shakllanishi ham muhim o'rin tutadi. O'qituvchilar bolalarni o'z his-tuyg'ularini yashirmaslikka, balki ular haqida to'g'ri gapira olishga, ularni boshqarishning sog'lom usullarini qo'llashga o'rgatadi. Bu jarayon g'azabni nazorat qilish, hafsalasi pir bo'lgan holatlarda tinchlanish, quvonchni bo'lishish va salbiy emotsiyalarni konstruktiv yo'l bilan chiqarish kabi psixologik ko'nikmalarni shakllantiradi. Natijada bola hissiy jihatdan barqaror bo'lib boradi.

Inklyuziv muhitning umumiy emotsional iqlimi ham bolaning ruhiyatiga bevosita ta'sir etadi. Bunday sinflarda mehribonlik, bag'rikenglik, tushunish, qo'llab-quvvatlash kabi qadriyatlarga asoslangan atmosfera ustuvorlik qiladi. Bola o'zini baholashdan, tanqid qilinishdan qo'rqmaydi. Buning natijasida uning emotsional holati sog'lom, barqaror va ijobiy yo'nalishda rivojlanadi.

Ijtimoiy moslashuvning yaxshilanishi

Ijtimoiy moslashuvning yaxshilanishi insonning jamiyatga mos ravishda yashashi, turli sharoit va guruhlar bilan bimalol munosabat o'rnatishi, yangi vaziyatlarga ruhiy bosimsiz kirishib keta olishini anglatadi. Bu jarayon kuchayganida odam boshqa insonlar bilan muloqotda o'zini erkinroq his qiladi, turli fikrlar va xarakterlar bilan to'qnash kelganda ham muvozanatini yo'qotmaydi.



Yaxshi rivojlangan ijtimoiy moslashuv shaxsga yangi jamoaga qo'shilganda yoki ish muhitidagi o'zgarishlarda tezroq moslashish imkonini beradi. U odamlar orasidagi qoidalar, nozik ijtimoiy signallar va munosabatlar dinamikasini yaxshi tushunadi, shu bois kelishmovchiliklar kamroq yuz beradi. Muloqot jarayonida o'z fikrini to'g'ri yetkazish, boshqalarni eshitish, vaziyatga yarasha moslashish kabi ko'nikmalar mustahkamlanadi. Bu esa o'zaro hurmat, ishonch va iliq atmosfera shakllanishiga sabab bo'ladi.

Ijtimoiy moslashuv yaxshi bo'lsa, inson o'zini jamiyatning to'laqonli qismi sifatida his qiladi. Bu ichki ishonchni oshiradi, yolg'izlik hissini kamaytiradi va ruhiy jihatdan barqaror bo'lishiga yordam beradi. Jamoa ichida o'zining o'rnini aniq anglagan odam o'z fikrini erkin bildiradi, ayni paytda boshqalarning chegaralariga hurmat bilan munosabatda bo'ladi. Shuning uchun ham ijtimoiy moslashuv kuchaygan sari shaxsning turmush sifati, munosabatlari va umumiy farovonligi yanada yaxshilanadi.

Ichki motivatsiyaning oshishi

Ichki motivatsiyaning oshishi insonning o'z ichki istaklari, qiziqishlari va maqsadlari asosida harakat qilishini kuchaytiradi. Bu jarayon shakllanganda odam tashqi rag'bat yoki bosimga qaram bo'lmaydi, balki o'zi xohlagani uchun, o'zini rivojlantirish va qoniqish olish uchun mehnat qiladi. Shunday bo'lganda bajarilayotgan ish majburiyat emas, balki ma'no va zavq beradigan faoliyatga aylanadi.

Ichki motivatsiyaning kuchayishi shaxsning maqsadga intilishini sezilarli darajada oshiradi. Inson o'z oldiga aniq va shaxsiy qadriyatlariga mos maqsadlar qo'ya boshlaydi, ularga erishish jarayonini mustaqil rejalashtiradi. Natijaga emas, jarayonga e'tibor kuchaygani sababli charchoq kamroq seziladi, vazifalar esa yanada osonroq bajariladi. Bundan tashqari, ichki motivatsiya kuchli bo'lsa, inson



qiyinchiliklarga bardoshliroq bo'ladi: to'siqlarni vaqtinchalik hol deb biladi va muammodan qochish emas, uni hal etishga harakat qiladi.

Bu holat o'z-o'zini rivojlantirishga bo'lgan ehtiyojni ham shakllantiradi. Inson yangi bilim o'rganishga, mahoratini oshirishga, ko'nikmalarini mustahkamlashga o'zi qiziqadi. O'zining muvaffaqiyatlarini qadrlaydi, kichik yutuqlarni ham rivojlanishning muhim qismi deb biladi. Tashqi tasdiq — maqtov yoki mukofot — ikkinchi darajaga tushadi, chunki asosiy manba ichki qoniqish bo'lib qoladi.

Ichki motivatsiya kuchayganida shaxs o'z hayotini boshqarayotganini his qiladi. Boshqalarning fikriga haddan tashqari bog'lanish kamayadi, o'ziga bo'lgan ishonch mustahkamlanadi. Natijada ish faoliyati, o'qish, ijodiy jarayonlar yoki kundalik odatlar yanada samarali va mazmunli tus oladi. Inson o'zini o'zi rag'batlantira olganida, uning hayotida barqarorlik, maqsadli harakat va ruhiy qoniqish ustuvor bo'lib boradi.

Empatiya va tolerantlikning rivojlanishi

Empatiya va tolerantlikning rivojlanishi shaxsning boshqalar bilan munosabatida chuqur psixologik o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Empatiya — bu boshqa odamning hissiyotlarini, holatini, kechinmalarini tushunish va uni his eta olish qobiliyati bo'lsa, tolerantlik — turli fikr, e'tiqod, qobiliyat va xulq-atvor egalari bilan hurmatli, bag'rikeng munosabatda bo'lishdir. Ushbu ikki sifatning shakllanishi insonning ijtimoiy hayotidagi o'zaro ta'sir jarayonini yanada boyitadi, ruhiy olamini kengaytiradi va jamoaviy muhitda uyg'unlikni ta'minlaydi.

Empatiya rivojlanganda inson atrofdagilarni faqat tashqi xatti-harakatlari bilan emas, balki ularning ichki holatini tushunishga harakat qila boshlaydi. Bu esa muloqotda muloyimlik, sabr-toqat va mehribonlikning ortishiga olib keladi.



Boshqa odamning dardi, qiynchiliklari yoki quvonchini chin dildan his qilish shaxsda ruhiy yumshoqlikni kuchaytiradi. Bunday yondashuv nizolarning oldini oladi, kelishmovchiliklarni bartaraf qilishni osonlashtiradi va do'stona aloqa o'rnatishda mustahkam poydevor yaratadi. Empatiyasi rivojlangan inson o'zining so'zlari va harakatlarining boshqalarga qanday ta'sir qilishini chuqurroq anglaydi, bu esa mas'uliyatli va ehtiyotkor ijtimoiy xulqni shakllantiradi.

Tolerantlikning kuchayishi esa turlicha dunyoqarashlarga kengroq yondashish imkonini beradi. Boshqacha fikrlaydigan, boshqa madaniyat yoki imkoniyatga ega bo'lgan insonlar bilan muloqot qilish jarayoni osonlashadi. Bag'rikenglik shakllanganda shaxs stereotiplardan uzoqlashadi, shoshma-shosharlik bilan hukm chiqarish odati kamayadi. Buning natijasida inson boshqalarga xolis, adolatli va hurmatli yondashadi, farqlarga emas, umumiyliklarga e'tibor qaratadi. Tolerantlik kuchli bo'lgan muhitda hamkorlik, birdamlik va bir-biriga ko'maklashish kabi ijtimoiy qadriyatlar yanada mustahkamlanadi.

Empatiya va tolerantlik birgalikda rivojlanganda insonning ruhiy olamida sezilarli o'sish ro'y beradi: u o'ziga ham, boshqalarga ham yaxshiroq munosabatda bo'la boshlaydi. Bu xususiyatlar nafaqat ijtimoiy munosabatlarni, balki ichki emosional barqarorlikni ham mustahkamlaydi. Inson boshqaning his-tuyg'ularini tushunish orqali o'z hislarini ham to'g'ri boshqara oladi, tolerantlik esa uning ijtimoiy maydondagi harakatlarini ochiq va moslashuvchan qiladi. Natijada shaxsning jamoadagi o'rni mustahkamlanadi, uning muloqot madaniyati, insoniyligi va ruhiy yetukligi yuksaladi.

XULOSA

Inklyuziv ta'limga jalb etilgan bolalardagi psixologik o'zgarishlar jarayoni o'zida murakkab, lekin nihoyatda boy va ijobiy rivojlanish omillarini mujassam



etadi. Bu jarayon nafaqat ta'lim muassasasida amalga oshadigan integratsion faoliyatni, balki bolaning emosional, ijtimoiy, intellektual va shaxsiy rivojlanishini chuqur o'zgartiradigan ko'p qatlamli psixologik tizim sifatida namoyon bo'ladi. Inklyuziv ta'limning asosiy maqsadi barcha bolalarga teng imkoniyat yaratish bo'lsa-da, uni hayotga tatbiq etish natijasida kuzatiladigan psixologik o'zgarishlar bundan ancha kengroq ahamiyat kasb etadi. Moslashuv, o'zaro munosabatlar, shaxsiy rivojlanish, o'zini anglash, o'z qadrini sezish, ijtimoiy faollik, ruhiy barqarorlik—bularning barchasi inklyuziv ta'lim jarayonining tabiiy natijalaridir.

Inklyuziv muhitda o'qiyotgan bolalarda eng avvalo o'zini jamoadan ajralmagan, o'zining qadriga ega bo'lgan shaxs sifatida his etish jarayoni kuchayadi. Bunday largining dars jarayonida teng asosda qatnashishi, o'qituvchi tomonidan qo'llab-quvvatlanishi va sinfdoshlar bilan teng o'rinda turishi ularda o'ziga bo'lgan ishonchni shakllantiradi. O'zini jamoaning to'laqonli a'zosi sifatida ko'ra olgan bola esa ijtimoiylashuv jarayonini ancha faol o'taydi. Bu esa psixologiyada "ijobiy men-konsepsiya"ning shakllanishi bilan bog'liq bo'lib, shaxs rivojlanishida nihoyatda muhim tarkibiy qism hisoblanadi.

Emotsional barqarorlikning kuchayishi inklyuziv ta'limning eng sezilarli samaralaridan biridir. Avvaliga o'zidagi kamchilik yoki farqlanish tufayli o'zini noqulay sezadigan, o'z fikrini erkin bildiray olmaydigan, haddan tashqari tortinchoq yoki xavotirli bo'ladigan bolalar asta-sekinlik bilan o'zini boshqarishni, hissiyotlarini nazorat qilishni va ularni sog'lom yo'l bilan ifoda etishni o'rganadi. Bu jarayon doimiy ijtimoiy aloqalar, qo'llab-quvvatlovchi muhit va o'qituvchining ijobiy munosabati orqali mustahkamlanadi. Emotsional barqarorlikning shakllanishi faqatgina ruhiy xotirjamlik bilan cheklanib qolmay, balki bolaning irodaviy sifatlariga, mas'uliyat hissiga va stressga bardoshlilikiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.





Inklyuziv muhitning yana bir kuchli jihati — bu ijtimoiy moslashuvning sezilarli darajada oshishi. Turli imkoniyatga ega barchani birlashtirgan o'quv muhiti bolalarni bir-birini tushunishga, farqlarga emas, umumiy insoniy qadriyatlarga e'tibor qarata olishga o'rgatadi. Bunday sharoitda o'sgan bola jamiyatda ham ancha erkin harakat qiladi, odamlar bilan muloqotga kirishishdan tortinmaydi, o'z o'rnini topishda qiynalmaydi. Ijtimoiy moslashuvning rivojlanishi shaxsning kelajakdagi kasbiy hayotiga, ijtimoiy faolligiga, jamoada ishlash ko'nikmalariga ham mustahkam asos yaratadi.

Ichki motivatsiyaning kuchayishi ham inklyuziv ta'limning eng muhim psixologik natijalaridan biri sifatida alohida ahamiyatga ega. O'quvchi o'qish jarayonida o'z yutuqlarining o'z mehnati, o'z qiziqishi va o'z g'ayrati bilan bog'liq ekanini anglab yetadi. Tashqi rag'batlardan ko'ra ichki ehtiyojga asoslangan o'qish jarayoni shaxsning o'zini boshqara olishini kuchaytiradi, intiluvchanlikni, qat'iyatni va mustaqil o'rganish malakasini shakllantiradi. Bu esa bolaning nafaqat ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyatiga, balki butun hayoti davomida o'zini rivojlantirishga qaratilgan ongli harakatlariga zamin yaratadi.

Empatiya va tolerantlikning rivojlanishi esa inklyuziv ta'limning eng qadrlanadigan jihatlaridan biridir. Turli ehtiyoj, turli qobiliyat va turli imkoniyatga ega bo'lgan bolalar bilan birga o'qigan shaxs boshqalarning hissiyotlarini chuqurroq anglaydi, boshqacha dunyoqarashni qabul qila oladi, bag'rikenglikni o'zining bo'lakchasi sifatida his qila boshlaydi. Bu xususiyatlar shaxsning butun hayoti davomida samarali muloqot olib borishi, mojarolardan yiroq turishi, insonlarga nisbatan hurmat va ehtiromni saqlashi uchun muhim ahamiyatga ega. Empatiyaning kuchayishi bolani ruhiy jihatdan yetuk, boshqalarni tushunishga moyil, ijobiy munosabatga ega inson sifatida kamolga yetkazadi.

Inklyuziv ta'limning psixologik ta'siri birgina maktab muhiti bilan cheklanib qolmaydi — uning samaralari shaxsning kelajakdagi butun hayoti, kasbiy faoliyati,

oilaviy munosabatlari va ijtimoiy o'rnida o'z aksini topadi. Bunday muhitda o'sgan bola hayotga ochiq qaraydi, o'z imkoniyatini real baholay oladi, boshqalarning imkoniyatlariga hurmat bilan qaraydi. Ular ijtimoiy tenglik, hamkorlik va o'zaro yordam tamoyillarini kundalik hayotining tabiiy qismi sifatida qabul qiladi. Bu esa jamiyatning umumiy madaniy va psixologik rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Inklyuziv ta'limning ta'siri individual psixologik o'zgarishlar bilan cheklanmay, balki jamoadagi ijtimoiy muhitni ham yaxshilaydi. Sinfda bag'rikenglik hukmron bo'lsa, bir-biriga yordam berish madaniyati shakllansa, o'quvchilar bir-birini to'ldirsa — bu muhitning o'zi bolalarda ko'plab ijobiy xususiyatlarning shakllanishiga xizmat qiladi. Psixologik xavfsiz muhit bolaning o'z qiziqishlarini erkin izhor etishiga, ijodkorlikni rivojlantirishiga, yangi ijtimoiy rollarni sinab ko'rishga imkon yaratadi. Bu esa o'z navbatida shaxsning barqaror, mustahkam, sog'lom ruhiy tizimga ega bo'lishiga olib keladi.

Inklyuziv ta'limga jalb etilgan bolalarda kuzatiladigan o'zgarishlarning barchasi bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lib, ular yagona psixologik rivojlanish tizimini tashkil etadi. Emotsional barqarorlik ijtimoiy moslashuvning kuchayishiga yordam beradi, ijtimoiy moslashuv ichki motivatsiyani oshiradi, ichki motivatsiya empatiya va tolerantlikni mustahkamlaydi. Natijada bola har tomonlama rivojlangan, ruhiy jihatdan sog'lom, jamiyatga moslashgan shaxs sifatida shakllanadi.

Shunday qilib, inklyuziv ta'limning psixologik samarasini faqatgina maxsus pedagogik yondashuv yoki qo'shimcha metodlar bilan izohlash yetarli emas. Bu jarayon — butun ta'lim muhitining, jamoadagi o'zaro munosabatlarning, o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi ishonchli aloqaning hamda psixologik qo'llab-quvvatlash tizimining birgalikdagi mahsulidir. Inklyuziv ta'lim nafaqat imkoniyati cheklangan bolalar uchun, balki barcha o'quvchilar uchun o'zaro hurmat, sabr-



toqat, ijtimoiy mas'uliyat va insoniylik kabi universal qadriyatlarni shakllantiruvchi samarali psixologik maktabdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Hasanboeva O., Abduqodirova B. *Pedagogika nazariyasi va tarixi*. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.
2. Yo'ldoshev J.G., Hasanov S.S. *Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat*. – Toshkent: Innovatsiya-Ziyo, 2019.
3. Karimova V.M. *Psixologiya*. – Toshkent: Fan, 2021.
4. G'oziev E. *Umumiy psixologiya*. – Toshkent: Universitet, 2018.
5. Mavlonova R., Raxmonqulova N. *Umumiy pedagogika*. – Toshkent: Noshir, 2020.
6. Vygotsky L.S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. – Cambridge: Harvard University Press, 1978.
7. Bandura A. *Social Learning Theory*. – New York: Prentice Hall, 1977.
8. Rogers C. *On Becoming a Person*. – Boston: Houghton Mifflin, 1961.
9. UNESCO. *Inclusive Education: The Way of the Future*. – Geneva, 2008.
10. UNICEF. *Inclusive Education for Children with Disabilities*. – New York, 2014.
11. Booth T., Ainscow M. *Index for Inclusion: Developing Learning and Participation in Schools*. – Bristol: Centre for Studies on Inclusive Education, 2011.
12. Florian L., Black-Hawkins K. "Exploring Inclusive Pedagogy." *British Educational Research Journal*, 2011.
13. Deci E., Ryan R. *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. – New York: Plenum Press, 1985.



14. Goleman D. *Emotional Intelligence*. – New York: Bantam Books, 1995.
15. Bronfenbrenner U. *The Ecology of Human Development*. – Harvard University Press, 1979.
16. Slee R. *The Irregular School: Exclusion, Schooling and Inclusive Education*. – London: Routledge, 2011.
17. Ainscow M. *Understanding the Development of Inclusive Schools*. – London: Falmer Press, 1999.
18. Norwich B. “Conceptualizing Special Educational Needs Using a Contextual Perspective.” *European Journal of Special Needs Education*, 2002.

